मृत्यु एक कल्पना है
सद्गुरु
मृत्यु एक कल्पना है
सद्गुरु

मृत्यु एक कल्पना है

सद्‌गुरु

मृत्यु एक कल्पना है

व

अच्छा और बुरा दुनिया को बाँटता है

ईशा फाउन्डेशन

विषय सूची

प्रस्तावना

"क्या तुमने किसी मृत व्यक्ति को देखा? नहीं। तुमने एक मृत व्यक्ति को नहीं देखा। तुमने एक शव, एक मृत शरीर देखा। जब तुम कहते हो 'फलां व्यक्ति नहीं रहा, गुज़र गया,' तुम केवल यह कह रहे हो 'वे हमारे साथ नहीं रहे', इसका अर्थ यह नहीं है कि वे अब अस्तित्व में ही नहीं रहे। मृत्यु एक कल्पना है। मृत्यु एक भ्रांति है, यह मिथ्या है। कई लोगों ने इसके बारे में बातें कीं और तुम्हें विश्वास दिलाया। मृत्यु जैसी कोई चीज़ नहीं है। मात्र जीवन है, सिर्फ जीवन। एक आयाम से दूसरे में, दूसरे से तीसरे आयाम में जाना..." – सद्‌गुरु।

सद्‌गुरु हमारे समय के एक दिव्यदर्शी और एक योगी हैं। इनके साथ एक आत्मीय भेंट के दौरान श्रोताओं के एक दल ने अपनी जिज्ञासाओं को ही नहीं, बल्कि अपनी आशंकाओं को भी उनके साथ बाँटा। परम ज्ञान प्राप्त सद्‌गुरु से रू–ब–रू होकर बैठने का वह अनुभव अनोखा रहा, और वहाँ प्रश्नों की लड़ी–सी लग गई। अपनी अनोखी–निराली शैली में, और अनुकंपा के साथ सद्‌गुरु ने तर्कसंगत एवं विनोदपूर्ण ढंग से ऐसे सनातन प्रश्नों का भी सटीक उत्तर दिया, जैसे, देह–त्याग के बाद प्राणी कहाँ विचरता है? क्या अपने पिछले जन्मों को जानने से कोई लाभ है? कर्म, मोक्ष, ओजस, आदि–आदि।

पुस्तक के प्रथम खंड में सद्‌गुरु मृत्यु के संबंध में आदि काल से चली आ रही भीतियों की खोज करते हैं। वे उनका सर्व मर्ज नाशक औषधियों की तरह सांत्वनाप्रद समाधान देने की कोशिश नहीं करते, बल्कि एक ज्ञानी की तथ्यात्मक अंतर्दृष्टि को सामने रखते हैं। मृत्यु लोकप्रसिद्ध समतावादी है, अटल और असंदिग्ध है, जो पूर्ण रूप से भयभीत तो नहीं करती फिर भी अपरिवर्तनीय रूप से असुविधाजनक है। स्वयं को निर्भीक होने का दावा करने वाले लोग भी मानते हैं कि वे इस तथ्य के प्रति उदासीन नहीं रह सकते जिसमें कुछ पता नहीं चल पाता कि पर्दा गिरते समय क्या कुछ घटित होता है। पर्दे सदा गिरते ही रहते हैं।

पुस्तक के दूसरे खंड में, वह हमें दुनिया देखने के अपने औपचारिक, परम्परागत नज़रिये – हमारे अच्छे और बुरे के ख्याल जिससे दुनिया खंडित हो गई है – को ध्वस्त करने के लिए प्रेरित करते हैं। दुनिया देखने का यह अभ्यस्त तरीका सिर्फ हिंसक और विभाजक ही नहीं है; दरअसल यह मिथ्या है। वह हमें स्मरण कराते हैं कि, "तुम्हारी अच्छाई तुम्हें मुक्त नहीं करेगी, तुम्हारी अच्छाई तुम्हारे अंदर निर्मलता नहीं लाएगी।" इसकी कुंजी यह है कि – "तुम यह अनुभव करना शुरू करो कि तुम्हारे आस–पास के समस्त जीवन की शत–प्रतिशत ज़िम्मेदारी तुम्हारी है... अपने आस–पास के जीवन के साथ पूर्ण रूप से सम्बन्ध जोड़ो। निर्मलता समावेश से आती है। अच्छाई बहिष्कार से आती है।"

ये किसी पंडित या दार्शनिक के साथ हुए संवाद नहीं हैं। इनमें शास्त्रों–ग्रंथों से कोई संदर्भ नहीं दिए गए हैं, न कोई कपोल कल्पना है, धर्मोपदेश या आस्था–विश्वास के निर्देश भी नहीं हैं, देवी–देवताओं या पवित्र–ग्रंथों की स्तुति या नमन भी नहीं है। इनके स्थान पर यहाँ एक ऐसे व्यक्ति का ज्ञान–भंडार है जो किसी भी संप्रदाय–विशेष की संबद्धता से उन्मुक्त है, ऐसा व्यक्ति जिनका ज्ञान अपने निजी–अनुभवों की निश्छलता में दृढ़मूल है।

इसका परिणाम है एक ऐसी पुस्तक जो साधकों के लिए आह्लादकारी है। एक ऐसी पुस्तक जो अनेक महत्वपूर्ण प्रश्नों का सार्थक एवं सटीक उत्तर देती है।

– ईशा साधक

मृत्यु एक कल्पना है

"अपने शरीर से परे प्राणी का आगे बढ़ना, इस बात पर निर्भर नहीं करता कि वह संसार में क्या था, और वह अपने बारे में क्या सोचता था या सब लोग उसके बारे में क्या सोचते थे। यह सिर्फ इस पर निर्भर करता है कि वह कितना जागरूक है, उसने अपने अंदर इस भौतिक शरीर के परे कितना कुछ पैदा किया है।"

— सद्‌गुरु

मृत्यु एक कल्पना है

प्रश्नकर्ता: हमें यह हमेशा सुनने को मिलता है कि एक व्यक्ति को इस जीवन–मृत्यु के चक्र से बाहर निकलना चाहिए, उसे मुक्त होना चाहिए। क्या आप इस पर कुछ प्रकाश डाल सकते हैं, सद्गुरु?

सद्गुरु: तो तुम जीवन–मृत्यु के चक्र को समाप्त करने, उससे निकलने के बारे में पूछ रहे हो। मैं हमेशा कहता हूँ कि तुम्हें ऐसी किसी चीज़ पर विश्वास नहीं करना चाहिए जिसका तुमने अभी तक अनुभव नहीं किया है। यह कोई मायने नहीं रखता कि यह कौन कह रहा है। इसका अर्थ यह नहीं है कि तुम उस पर अविश्वास करो। नहीं। तुम बस नहीं जानते हो; बात सिर्फ इतनी ही है। कोई व्यक्ति तुम्हें कोई कहानी सुना रहा है। तुम्हें पता नहीं है कि वह सत्य है या नहीं है। तो यदि मैं भी कुछ कहता हूँ, तो उस बेकार की बात पर भी भरोसा मत करो। लेकिन इस पर अविश्वास भी न करो। सिर्फ इस पर गौर करो: "कोई इतने सारे लोगों के सामने बैठकर बिलकुल बेकार की बातें, बिलकुल बेतुकी बातें करने के लिए इच्छुक है; तो मैं ज़रा देखूँ यह सब किस बारे में है।" यदि तुम में इतना खुलापन है, तो तुम्हारे जीवन में संभावना बची हुई है। यदि तुम विश्वास करते हो, तो तुम इसे मार दोगे। यदि तुम अविश्वास करते हो, तब भी तुम इसे मार दोगे। समझे तुम?

मृत्यु का अस्तित्व है। क्या तुम कभी मरे हो, किसी भी तरह से? क्या तुम्हारी कभी मृत्यु हुई है? नहीं। क्या तुमने कभी किसी मृत व्यक्ति को देखा है? तुमने देखा? कहाँ?

प्रश्नकर्ता: अंतिम संस्कार के समय।

सद्गुरु: अंतिम संस्कार में तुमने एक मृत व्यक्ति को देखा? तुमने एक शव, एक मृत शरीर देखा। क्या तुमने एक मृत व्यक्ति को देखा? नहीं। तुमने एक मृत व्यक्ति को नहीं देखा। तुमने इसका अनुभव नहीं किया। या तुम किसी से मिले हो जो मर गया हो और उसने तुम्हें वापस आकर बताया हो कि मैं इस तरह से मरा था? नहीं, तुम मरे नहीं हो। तुमने मरे हुए व्यक्ति को भी नहीं देखा, न ही तुमसे कोई मृत व्यक्ति मिला है। तो बेकार का विचार कहाँ से तुम्हारे मन में आ गया कि तुम मरोगे? मृत्यु

एक कल्पना है। कई लोगों ने इसके बारे में बातें कीं और तुम्हें विश्वास दिलाया। मृत्यु जैसी कोई चीज़ नहीं है। मात्र जीवन है, जीवन, सिर्फ जीवन। एक आयाम से दूसरे में, दूसरे से तीसरे आयाम में जाना...

जब भौतिक शरीर बहुत कमज़ोर हो जाता है, दुर्बल हो जाता है और किन्हीं कारणों से टूट जाता है – चाहे तुम्हारी कार कहीं टकरा जाए, या बहुत पीने से तुम्हारा लीवर खराब हो जाता है, या तुम किसी के प्रेम में पड़ते हो और तुम्हारा दिल टूट जाता है, या तुम्हारा शरीर बहुत बूढ़ा और दुर्बल हो जाता है – किसी भी कारण से जब शरीर जीवन को वहन करने योग्य नहीं रह जाता, तो जीवन को इसे छोड़ कर आगे बढ़ना पड़ता है। इसलिए वह ऐसा करता है।

तो जब तुम कहते हो 'फलां व्यक्ति नहीं रहा, गुज़र गया,' तुम केवल यह कह रहे हो 'वे हमारे साथ नहीं रहे' तुम यह नहीं कह रहे हो कि वे सचमुच नहीं रहे। वे केवल तुम्हारे साथ नहीं रहे, जिस तरह तुम उन्हें जानते थे। तो जब कोई शरीर त्यागता है, इसका मूल कारण यह होता है कि भौतिक शरीर जीवन को चलाने और उसका पोषण करने के लायक नहीं रह जाता। जब ऐसा होता है, तो उस प्राणी का क्या होगा? भौतिक शरीर और सचेत मन चला जाता है। विवेक–विचार करने वाला, विश्लेषण करने वाला मन चला गया, परन्तु मन का मूल–तत्व नहीं गया। क्या तुम समझ रहे हो मैं क्या कह रहा हूँ? तो उसमें अब भी वे गुण हैं, परंतु उसमें कोई विवेक–विचार नहीं है।

तो एक चीज़ तुम्हें बहुत अच्छी तरह से समझ लेनी होगीः जब कोई मरता है – यह मायने नहीं रखता कि वह तुम्हारे पिता थे, तुम्हारी माँ थी, तुम्हारे पति थे, तुम्हारी पत्नी थी, बच्चा था या तुम्हारा बहुत प्यारा मित्र था – जिस क्षण वह शरीर छोड़ता है, उसका तुमसे कोई संबंध नहीं रह जाता। क्योंकि जो भी वे तुम्हारे बारे में जानते थे, वह सब भौतिक था, है कि नहीं? जब मैं 'भौतिक' कहता हूँ, तो उसका अर्थ मात्र शरीर ही नहीं, बल्कि मन और भावनाएँ भी हैं। तुम उस व्यक्ति के बारे में जो कुछ भी जानते हो और वह व्यक्ति तुम्हारे बारे में जो कुछ भी जानता है, वह या तो भौतिक शरीर के स्तर पर है, या मन या भावनाओं के स्तर पर है। ये सारी चीज़ें उसी भौतिक की सीमा में आती हैं। तो जब वह भौतिक को छोड़ देता है, ये सारी चीज़ें भी चली जाती हैं और फिर 'मैं या मेरे मृत पिता' जैसी कोई चीज़ नहीं रह जाती। जैसे ही वे मरे कि अब वे तुम्हारे पिता नहीं रहे। वे जा चुके, अब खत्म हो गए।

तो जैसे ही यह विवेक–विचार वाला मन चला जाता है, वह प्राणी अपनी प्रवृत्तियों के अनुसार आगे बढ़ेगा। यही कारण है कि भारत में व्यक्ति की मृत्यु जिस प्रकार होती है, उसे इतना अधिक महत्व दिया जाता है, ताकि वह जिन प्रवृत्तियों को लेकर आगे बढ़ता है, उन्हें हम एक खास तरह से स्थापित कर सकें। यह मायने नहीं रखता कि उस व्यक्ति ने किस तरह का जीवन जिया है, किंतु जब अंतिम क्षण आता है, हम 'राम–राम' या किसी अन्य पावन नाम का उच्चारण करते हैं। इसके पीछे मूल विचार यही है कि मरने वाले में थोड़ी जागरूकता पैदा की जाए, जिससे वह किसी भय या लालच के माहौल में प्राण–त्याग न करे। क्योंकि एक अवस्था से दूसरी अवस्था में प्रस्थान करने का वह अंतिम क्षण बहुत प्रबल रूप में उस व्यक्ति का गुण बन जाता है। उसके आगे की यात्रा के लिए यही उसकी प्रमुख प्रवृत्ति बन जाती है।

इसे तुम आज रात सोते समय आजमा सकते हो। उस अंतिम क्षण में जब तुम जागृत अवस्था से निद्रावस्था में प्रवेश कर रहे होते हो, तब ध्यान देना कि तुम उस वक्त जागरूक रह सको। तुम देखोगे कि अगर तुम जागरूक रहने की कोशिश करते हो तो तुम जगे रहोगे; जब तुम अपनी जागरूकता खो दोगे तभी तुम निद्रा में प्रवेश करोगे। किंतु यदि तुम उस क्षण में जागरूकता बनाए रखने में समर्थ रहे तो कुछ अद्भुत चीज घटित होगी। यदि तुम जागरूक न रह सको तो निद्रा के उन चंद क्षणों में स्वयं में कुछ गुण लाने की कोशिश करना। यों कहें कि, तुम अपने अंदर बहुत ही प्रेमपूर्ण रहो या अपने अंदर अत्यधिक प्रसन्नता का अनुभव करो। तुम देखोगे कि यह गुण तुम्हारी निद्रावस्था के दौरान निरंतर जारी रहेगा। यदि तुम जागृत अवस्था से निद्रावस्था में जाने के अंतिम क्षणों में कुछ गुण ला सकते हो, तो वह गुण बराबर जारी रहेगा। ठीक यही बात मृत्यु के साथ भी घटित होती है। यदि अंतिम क्षणों में अपने अंदर कुछ गुण लाए जाएँ, तो वह गुण आगे भी जारी रहेगा।

इसी समझ के कारण, भारत में जब लोग मरना चाहते हैं, वे अपने निवास–स्थान में नहीं मरना चाहते। वे काशी जाकर मरना चाहते हैं। तुम जानते हो न? अभी भी लोग वहाँ जाते हैं। काशी नगरी मोक्ष–नगरी कहलाती है। लाखों लोग वहाँ जाकर मृत्यु की प्रतीक्षा में बैठे रहते हैं। क्योंकि सदियों से काशी सिद्ध ज्ञानी–महात्माओं का केंद्र –स्थान रही है। अब तो नहीं, पहले वह केंद्र हुआ करती थी। इसलिए लोग समझते थे, यदि वे वहाँ जाकर देह–त्याग करेंगे तो कहीं से अदृश्य सहायता मिलेगी और वे सही मनोदशा लेकर सही स्थिति में प्राण–त्याग कर सकेंगे।

'यदि जीवन–ऊर्जा अत्यधिक प्रचण्ड हो जाती है, तो तुम शरीर में नहीं बने

रह सकते। यदि जीवन–ऊर्जा बहुत क्षीण हो जाती है, तब भी तुम शरीर में नहीं बने रह सकते।'

तो जीवन–मृत्यु का जो यह चक्र है... माना कि शरीर किसी कारण से नष्ट हो जाता है, पर प्राण–ऊर्जा तब भी कंपायमान रहती है। शरीर टूट जाता है चाहे जैसे भी हो – चाहे तुम खुद को गोली मार लो या टक्कर खाओ या नशे में धुत्त होकर खत्म हो जाओ या कुछ भी करो। यदि प्राण–ऊर्जा क्षीण नहीं होती, किंतु शरीर किसी वजह से टूट जाता है, नष्ट हो जाता है, तब इस प्राणी का पारगमन काल बहुत लंबा होता है, एक दूसरा शरीर धारण करने में इसे कुछ वक्त लगता है। क्योंकि ऊर्जा की वह कंपनशीलता अभी भी कायम रहती है, और उसे स्वयं को क्षीण करना होता है। जब तक यह ऊर्जा क्षीण नहीं होती, वह प्राणी दूसरा शरीर नहीं पा सकता।

यदि तुम्हें यह शरीर त्यागना है, तो तुम्हारी ऊर्जा को क्षीण होना चाहिए। यदि तुम्हें दूसरे शरीर में प्रवेश करना है, तो तुम्हारी ऊर्जा को क्षीण होना चाहिए। यही 'समाधि' कही जाती है, जहाँ तुम चेतनतापूर्वक जीवन–ऊर्जा की तीव्रता को कम करते हो। उस दशा में तुम इतने क्षीण हो जाते हो कि यदि तुम चाहो तो अपने शरीर से बाहर निकल सकते हो और तुम किसी और चीज़ में प्रवेश कर सकते हो। यह संभव होता है, क्योंकि तुम्हारी ऊर्जा एकदम क्षीण हो जाती है। उसमें सामान्य अस्तित्व में बने रहने के लिए कंपन नहीं रह जाता है।

एक चीज़ है जिसे हम 'प्रारब्ध' कहते हैं। तुमने 'प्रारब्ध' शब्द सुना है? एक जीवन काल के लिए आबंटित कर्म को 'प्रारब्ध' कहते हैं, व्यक्ति को इसे अपने जीवन काल में समाप्त करना होता है। क्योंकि तुम्हारे जो भी संचित कर्म हैं, यदि वे सारे एक ही जन्म में मिल जाएँ, तो तुम जी नहीं सकोगे। तुम्हारा एक भंडार घर है, एक गोदाम जिसका नाम 'संचित कर्म' है। तुम उन सारे कर्मों का, जो तुम्हारे भंडार घर में हैं, एकसाथ निर्वाह नहीं कर सकते हो। इसलिए उसका कुछ अंश तुम्हें इस जीवन में विसर्जित करने के लिए दिया जाता है। परन्तु सामान्यतः लोग पुराने कर्मों से निपटने के बजाए और नए कर्म इकट्‌ठा कर लेते हैं। संचित कर्म के एक अंश से निपटने की प्रक्रिया में वे एक और बड़ा अंश बटोर लेते हैं। यह चक्र चलता ही रहता है।

यह चक्र चलता ही रहेगा, इसलिए नहीं कि तुम्हें कोई दण्ड या कोई पुरस्कार दिया जा रहा है। यह तो बस प्रकृति है, जो अपना चक्र पूरा करती रहती है। तो जब

तुम्हारे अंदर एक खास जागरूकता पैदा होती है, इसलिए नहीं कि तुम कुछ पढ़ते हो, बल्कि तुम कहीं न कहीं इस चक्र की अर्थहीनता को महसूस करने लगते हो – यह सब सुन्दर है और हम इसका आनंद भी ले रहे हैं, परन्तु ऐसे ही बस चलते रहना, चलते रहना, इसका कोई मतलब नहीं बनता – जब यह जागरूकता पैदा होती है, तभी तुम 'मुक्ति' की बात करते हो। 'मुक्ति' का अर्थ है, तुम इस जीवन–मरण की प्रक्रिया से छुटकारा पाना चाहते हो। इसलिए नहीं कि तुम दुख या पीड़ा का अनुभव करते हो। पीड़ित लोग मुक्ति पा भी नहीं सकते। तुम कुशल हो, तुम आनंद में हो, परन्तु तुमने किंडर गार्टन में बहुत खेल लिए, तुम ऊब गए हो अब तुम आगे बढ़ना चाहते हो। तुम्हारा स्कूली जीवन चाहे कितना ही सुन्दर क्यों न हो, क्या तुम कालेज जाना नहीं चाहते? बस यही बात है। तुमने यह सब बहुत देख लिया। अब तुम आगे जाना चाहते हो।

तो यह प्राणी – इस 'मैं' को अभी तुम चाहे जिस भी नाम से जानते हो – यह एक बुलबुले की तरह है। मैं हमेशा नकारात्मक शब्दावली का प्रयोग करता हूँ, ताकि तुम्हारी कल्पनाओं में कहीं पर न निकल आएँ। तो इसे यों कहें, तुम्हारी 'रिक्तता' या तुम्हारा 'अंधकार', क्योंकि यदि मैं 'प्रकाश' कहूँ तब तुम हर जगह चमकने लग जाओगे। यदि मैं 'ईश्वर' कहूँ तो तुम हास्यास्पद काम करने लगोगे। तुम रिक्तता या अन्धकार के बारे में ज़्यादा कुछ कल्पना नहीं कर सकोगे, है कि नहीं? तुम अपने अंधकार के बारे में किसी से बात करना नहीं चाहोगे, परन्तु यदि मैं कहूँ कि तुम ज्योति–स्वरूप हो, प्रकाश हो, तो तुरंत ही तुम बाहर जाकर अपने पड़ोसी से कहना चाहोगे 'मैं एक दिव्य प्रकाश हूँ।' (हँसते हैं) इसलिए हम हमेशा नकारात्मक शब्दावली का प्रयोग करते हैं, जिससे कि तुम्हारी कल्पनाशीलता तुम्हें उड़ा न ले जाए और तुम्हें विभ्रांत न कर दे।

सो तुम्हारे भीतर का यह रिक्त स्थान एक बुलबुले के समान है। कर्म इस बुलबुले की दीवार है। बिना कार्मिक तत्व के तुम्हारा कोई अस्तित्व नहीं है। कर्म तुम्हारा शत्रु नहीं है। केवल कार्मिक तत्व के कारण तुम इस शरीर से चिपके हुए हो। यदि तुम्हारे समस्त कर्मों को मिटा दिया जाए तो तुम इस शरीर में नहीं टिक सकते। यदि तुम इस भौतिक शरीर से बाहर भी निकल जाते हो, तब भी यह बुलबुला बना रहता है, और जैसे ही यह अपनी कंपनशीलता खो देता है, यह स्वाभाविक रूप से दूसरा शरीर पा लेता है।

ठीक अभी, हम इस बुलबुले को फोड़ना चाहते हैं। जब तुम कहते हो, 'मैं मुक्ति

चाहता हूँ', तुम यही कह रहे हो कि तुम इस बुलबुले को कुछ चुभा कर फोड़ना चाहते हो, ताकि इस बुलबुले के अंदर जो 'रिक्तता' है, वह फट जाए। मान लेते हैं कि हम यहाँ बुलबुले उड़ाते हैं। ढेर सारे बुलबुले। पर जिस क्षण वे फटते हैं, उन बुलबुलों के भीतर की वायु कहाँ चली जाती है? वह समष्टि का अंश बन गई। मुक्ति का अर्थ बस यही है। आत्मज्ञान का अर्थ भी यही है। यदि तुम पहले से इस तथ्य को नहीं जानते, अधिकतर प्राणियों के लिए, उनके आत्मज्ञान का क्षण और उनके देह–त्याग का क्षण हमेशा एक ही होता है, दोनों एक साथ घटित होते हैं। केवल कुछेक व्यक्ति ही ऐसे हैं जो शरीर के दांव–पेंच को जानते हैं, जो शरीर के मौलिक विज्ञान को जानते हैं, वे ही एक खास समय तक शरीर में बने रहने में सक्षम हो पाते हैं। अन्यथा देह–त्याग का समय और आत्मज्ञान का समय एक ही है।

यदि जीवन–ऊर्जा बहुत तीव्र हो जाती है, तो तुम शरीर में नहीं बने रह सकते हो; यदि जीवन–ऊर्जा अति क्षीण हो जाती है, तब भी तुम शरीर में नहीं बने रह सकते हो। सिर्फ एक खास स्तर की तीव्रता में ही तुम शरीर में बने रह सकते हो। यदि तुम तीव्रता को एक निश्चित स्तर से ज़्यादा बढ़ा लेते हो, तो तुम इस शरीर को छोड़ दोगे। यदि तुम इसे खास स्तर से नीचे ले जाते हो, तब भी तुम शरीर छोड़ दोगे। इसलिए दो तरह के योग हैं, जिन्हें तुम संसार में देख सकते हो। एक तो है शरीर विच्छेदन, जिससे तुम क्षीण हो जाते हो, ताकि तुम प्रस्थान कर सको। दूसरा है, तीव्रता को इतना अधिक बढ़ा लेना कि भौतिक शरीर तुम्हें धारण न कर सके। इसलिए, यदि यह बहुत तीव्र हो जाती है या बहुत क्षीण हो जाती है, तो दोनों तरह से भौतिक शरीर तुम्हें धारण नहीं कर सकता।

तो दो तरह के योग किए जा रहे हैं——एक क्षीण होने के लिए और दूसरा तीव्र होने के लिए। सामाजिक स्तर पर, तीव्र बनाने वाले को अधिक स्वीकार किया जाता है, मगर इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। कोई तुम्हारे बारे में क्या सोचता है – जहाँ तक अस्तित्व का सवाल है, उसका कोई औचित्य नहीं होता। इसका कोई सामाजिक सरोकार हो सकता है, परन्तु दुनिया तुम्हारे बारे में क्या सोचती है, अथवा तुम खुद अपने बारे में क्या सोचते हो इनका अस्तित्व के स्तर पर कोई औचित्य नहीं होता। जब तुम 'आध्यात्मिकता' की बात करते हो, तो तुम यह देख रहे हो कि अस्तित्व के स्तर पर कैसे प्रगति करनी है, सामाजिक स्तर पर नहीं, मनोवैज्ञानिक स्तर पर नहीं या भावनात्मक स्तर पर नहीं। तुम अस्तित्व के स्तर पर निरंतर आगे बढ़ना चाहते हो, तुम वास्तव में कहीं पहुँचना चाहते हो। क्योंकि तुम्हारी भावनाएँ, तुम्हारा समाज, तुम्हारा मनोविज्ञान सब कुछ कल्पना मात्र है, विशुद्ध कल्पना है। तुम्हें यह पसन्द

नहीं है, परंतु क्या ऐसा नहीं है? हो सकता है कोई बहुत सुखद कल्पना हो, पर फिर भी है तो वह कल्पना ही, है कि नहीं?

इसलिए अपने शरीर से परे प्राणी का आगे बढ़ना, इस बात पर निर्भर नहीं करता कि वह संसार में क्या था, और वह अपने बारे में क्या सोचता था या सब लोग उसके बारे में क्या सोचते थे। यह सीधे इस पर निर्भर करता है कि वह कितना जागरूक है, उसने अपने अंदर इस भौतिक शरीर के परे कितना कुछ पैदा किया है। क्योंकि जब तक तुम इस शरीर में हो, तभी तक तुम सचेतन कर्म कर सकते हो। जैसे ही तुम शरीर छोड़ देते हो, फिर कोई सचेतन कर्म संभव नहीं होता, क्योंकि बुद्धि का विवेक–विचार वाला विभेदकारी आयाम तुमसे अलग हो जाता है। मानव–जन्म क्यों इतना मूल्यवान है, इसका मुख्य कारण यही है। मानव–जीवन, यही एकमात्र ऐसा जीवन है जिसमें तुम अपने विवेक–विचार के इस्तेमाल से जागरूक होकर कर्म कर सकते हो। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि अभी तक तुमने किस तरह का जीवन जिया है; तब भी तुम इस क्षण में जागरूक होकर कर्म कर सकते हो, है कि नहीं? अभी तक तुमने बहुत वीभत्स जीवन जिया है, इससे कोई फर्क नहीं पड़ता। फिर भी तुम इस क्षण जागरूक होकर कर्म कर सकते हो। यह स्वतंत्रता और निर्णय लेने का अधिकार सदैव तुम्हारे पास है।

तो यदि यह चेतना जागती है और एक खास स्तर की तीव्रता पैदा होती है या यदि तीव्रता को एक खास स्तर के नीचे ले जाया जाता है, दोनों तरह से, तुम्हारा इस शरीर में बने रहना नामुमकिन हो जाता है। जब एक ऐसी स्थिति पैदा होती है, तब तुम्हारे लिए उस बुलबुले को पूर्ण रूप से फोड़ने की संभावनाएँ पैदा होती हैं। यदि तुम उस बुलबुले को फोड़ना चाहते हो और तब भी शरीर को रखना चाहते हो, तब तुम्हें आंतरिक इंजीनियरींग की आवश्यकता होगी। शरीर को बनाए रखने के लिए तुम्हें सारी युक्तियों को जानना जरूरी होता है या तुम्हें कुछ सचेतन कर्म करने पड़ते हैं। इसके लिए लोग कई प्रकार की चीज़ें करते हैं। मैं अपने बारे में बोलना नहीं चाहता, क्योंकि मेरे साथ कई चीज़ें घटित होती रहती हैं।

उदाहरण के लिए रामकृष्ण परमहंस को लेते हैं। रामकृष्ण एक बहुत प्रगाढ़ चेतना थे और एक बहुत अद्भुत व्यक्ति थे। कई मायनों में, वे सभी सीमाओं से परे थे, लेकिन भोजन को लेकर वे बस पागल रहते थे। वे शिष्यों की मंडली के साथ बातें करते–करते कहते, "रूको"। उसके बाद वे रसोई में जाकर अपनी पत्नी शारदा से पूछते, "आज क्या बन रहा है?" वह इतनी लज्जित हो जाती, यह आदमी भगवान की

तरह है, हर व्यक्ति इनकी पूजा करता है, लेकिन ये भोजन को लेकर इतने बावले हैं। सभी धर्मग्रन्थ तुमसे कहते हैं कि अगर तुम आध्यात्मिक हो रहे हो, तो तुम्हें भोजन में कोई आसक्ति नहीं होनी चाहिए, है कि नहीं? यहाँ एक आदमी है, जिसकी पूजा ईश्वर के रूप में की जाती है और यह आदमी भोजन को लेकर पागल रहता है। उन्होंने रामकृष्ण से कई बार पूछा, लेकिन वे उत्तर देना बस टाल जाते थे। हर रोज शारदा थाली में उनको भोजन परोसती थी ओर वे हमेशा झूले में बैठकर खाते थे।

एक दिन शारदा को बहुत बुरा लगा और वे उनसे बोली, "आपके व्यवहार को देखकर मुझे शर्म आती है। आप भोजन को लेकर इतने पागल क्यों हैं? वे लोग जो आकर आपके सामने बैठते हैं, वे भोजन के संबंध में नहीं सोचते हैं। वे बिना भोजन के ही यहाँ बैठे रहने को राजी हैं, लेकिन आप भोजन को लेकर इतने बावले हैं, ऐसा क्यों?" तब उन्होंने कहा, 'शारदा, जिस दिन तुम मेरे पास थाली लेकर आओगी...' तुम जानते हो देश के उस भाग में थाली में भोजन पहले ही परोसे जाते हैं। विशेष कर बंगाल में थाली बड़ी होती है और सारे व्यंजन पहले से परोसे हुए होते हैं। रामकृष्ण परमहंस हमेशा झूले पर बैठकर मज़े से खाना खाते थे। तो रामकृष्ण ने कहा, 'शारदा, जिस दिन तुम मेरे पास थाली लेकर आओगी और अगर मैंने उसमें कोई रुचि नहीं दिखाई, तो समझ जाना कि मेरे अब केवल तीन दिन ही बचे हुए हैं।' छह साल बाद, उनके उस नियमित स्थान, झूले पर, जब शारदा उनके लिए थाली परोसकर लाईं, तो रामकृष्ण ने भोजन में कोई रुचि नहीं दिखायी, उन्होंने अपना मुँह मोड़ लिया। फिर वे जान गईं कि अब समय आ गया है, और वे विलाप करने लगीं। रामकृष्ण ने कहा, "अब रोने से कोई फायदा नहीं है, अब समय आ गया है।" एक सचेतन इच्छा पैदा करने के लिए वे भोजन को सचेतन कर्म के रूप में इस्तेमाल कर रहे थे। अपने शरीर में किसी तरह से बने रहने के लिए, हर रोज, दिन में कम से कम दस बार भोजन के बारे में सोचते। अन्यथा, यदि वे यहाँ इस तरह से बैठते, तो शरीर छूट गया होता। कुछ कार्य करने के लिए उन्होंने अपने लिए कुछ योजना बना रखी थी, इसलिए अपने शरीर को कुछ समय के लिए रोके रखना चाहते थे।

इस प्रकार, अलग–अलग योगी अलग–अलग विधियाँ अपनाते हैं: कुछ सरल होती हैं; कुछ बहुत जटिल होती हैं – कई प्रकार की प्रक्रियाएँ हैं। एक बार जब बुलबुला नहीं रहा और तुम उसे सचेतन रूप से वहाँ बनाए हुए हो, तो कई मायने में, तुम अस्तित्व के स्तर पर अब गिनती में नहीं रह जाते।

‘जो भी अभौतिक है, तुम्हारे प्रत्यक्ष ज्ञान में, तुम्हारे बोध में नहीं आएगा। तुम्हें उसमें विसर्जित होना पड़ेगा।’

प्रश्नकर्ता: आपने विभिन्न प्रकार के शरीरों का वर्णन किया, और फिर आपने कहा कि एक ऊर्जा शरीर होता है और एक पारगमन शरीर भी होता है। इन दोनों में क्या अन्तर है?

सद्‌गुरु: सामान्यतः, पारगमन शरीर को अंग्रेजी में ईथरिक शरीर (आकाशीय शरीर) कहा जाता है। लोग ‘ईथर’ की बात करते हैं। तुम जानते हो, ‘ईथर’ क्या है? ईथर अभौतिक है। सामान्यतः ईथर को अभौतिक अर्थात् भौतिक गुणों से रहित माना जाता है। परन्तु यह पूर्णतः अभौतिक नहीं है। यह भौतिक एवं अभौतिक के बीच की अवस्था है। जो अभौतिक है, वह कभी भी तुम्हारे बोध में नहीं होता, जब तक कि तुम स्वयं वह नहीं बन जाते। जो भौतिक है, उसे तुम्हारे बोध में लाया जा सकता है। इस अस्तित्व में जो कुछ भी भौतिक है, उन सब को तुम्हारे बोध में लाया जा सकता है – इसके लिए महज थोड़ा समय लगाने और काम करने की जरूरत है। यह संभव है। यदि तुम आवश्यक साधना करते हो, तो अस्तित्व में जो कुछ भी भौतिक है, उसे तुम्हारे बोध में लाया जा सकता है। यह तुम्हारे बोध से बाहर नहीं हो सकता। इसे करना संभव है।

पर जो भी अभौतिक है, तुम्हारे प्रत्यक्ष ज्ञान में, तुम्हारे बोध में नहीं आएगा। तुम्हें उसमें विसर्जित होना पड़ेगा। दूसरा कोई उपाय नहीं है। इसीलिए ईश्वर के प्रति समर्पण के बारे में इतनी बात की जा रही है। वे लोग तुमसे वही कहने की कोशिश कर रहे हैं, कि जो कुछ भी भौतिक से परे है, उसे समझा नहीं जा सकता; तुम्हें समर्पण करना होगा। दूसरा कोई रास्ता नहीं है। इसी वजह से ‘समर्पण’ के बारे में इतनी सारी चर्चाएँ और इतने सारे भ्रम और विकृतियाँ फैली हुई हैं; क्योंकि जो भौतिक से परे है, उसे किसी भी सूरत में तुम्हारे द्वारा समझा नहीं जा सकता। तुम उसमें स्वयं को विलीन कर सकते हो; तुम उसमें सिर्फ विसर्जित हो सकते हो। ‘सरेन्डर(समर्पण)’ सही शब्द तो नहीं है, परन्तु सामान्यतः इसी का ही प्रयोग होता है। तो भौतिक और अभौतिक के बीच संक्रमण के इस आयाम को एक हद तक समझा जा सकता है।

यह बहुत पहले घटित हुआ था, कई साल पहले। मैं अपने फार्म की पुताई कर रहा था, मैं पुताई के आसान तरीके ईजाद करना चाहता था। मेरे पास समय नहीं था

क्योंकि मैं अकेले ही पूरे फार्म की पुताई कर रहा था। तो मैं क्या करता, मैंने ब्रुश डुबोया और एक छोर से दूसरे छोर तक गया; मैंने उसे पुनः डुबोया और एक छोर से दूसरे छोर तक चला। (हँसते हैं)। तो पहली बार आलेप करने के लिए मैंने ब्रुश डुबोया और चल दिया। जहाँ से शुरू किया वहाँ आलेप की परतें मोटी रहीं, आगे जाकर पतली और पतली होती गईं, महीन होते–होते एकदम गायब हो गई। मैं वहाँ बैठ गया और इस घटना ने मेरे मन मस्तिष्क को पूरी तरह से उद्वेलित कर दिया। क्योंकि मेरे लिए संपूर्ण अस्तित्व ठीक वहीं, मेरे सामने था।

संपूर्ण अस्तित्व यही है। जो भी स्थूल है, वह सूक्ष्म से सूक्ष्मतर होता जाता है, और अंततः अभौतिक बन जाता है। और जब यह अभौतिक बन जाता है तब तुम इसे ईश्वरीय कहते हो। जब यह बहुत स्थूल होता है, तुम इसे चट्टान या पदार्थ कहते हो। पदार्थ से अपदार्थ बनने के बीच में स्थूलता और सूक्ष्मता के कई स्तर होते हैं। संपूर्ण अस्तित्व ऐसा ही है। तो जहाँ पहुँचकर रंग बहुत पतला हो जाता है, तुम उसी बिंदु की बात कर रहे हो।

‘तुम्हारे मन–मस्तिष्क ने तुमसे कई बार झूठ बोला परन्तु तुम्हारे शरीर ने कभी तुमसे झूठ नहीं बोला।’

प्रश्नकर्ता: गुरु जी, क्या अपने पिछले जन्मों को जानने से कोई लाभ है? क्या कोई तरीका है जिससे हम सचेतन रहते हुए उनको जान सकें, देख सकें?

सद्गुरु: पिछले जन्मों को जानने का क्या कोई तरीका है, यही पूछ रहे हो न? पूर्व जन्मों के बारे में जानने के लिए आजकल अनेक वाहियात काम किए जा रहे हैं, मुझे यह मालूम है। यह सब बेहूदगी से भरी मनोवैज्ञानिक कसरते हैं। यदि तुम सचमुच अतीत की बातों को देखना चाहते हो, तो उसके लिए अपने आप को चेतना के उन्नत स्तरों तक उठाना होगा, जो तुम्हें तुम्हारी स्मृतियों की गलियों के आर–पार ले जाएगा। परन्तु इससे फ़ायदा क्या है? अभी जो कुछ भी इस जीवन में घट रहा है, इन चीज़ो से तो तुम अपनी स्मृति को संभाल नहीं पा रहे हो; जो दस साल पहले हुआ था, उसको लेकर तुम अभी तक पीड़ित हो। अब जबकि तुम एक ऐसी स्थिति में हो, अगर तुम्हें दस जन्मों पहले के हादसों से रू–ब–रू करा दिया जाए, तो क्या होगा? वह अनुभव तुम्हें पागल कर देगा, है न?

जिसे भी तुम 'पूर्व जन्म' कहते हो, स्मृति के संदर्भ में वे सिर्फ अचेतन परतें हैं। यदि तुम स्वयं को चेतना के उन्नत स्तरों तक उठा लोगे, तो मस्तिष्क की ये अचेतन परतें, जो तुम्हें भीतर से संचालित कर रही हैं, उन्हें तोड़कर विसर्जित किया जा सकता है। क्या तुम्हें 'सम्यमा' की झलकें दिखाई गईं? 'सम्यमा' ईशा योग केन्द्र में आयोजित आठ दिन का उच्च स्तरीय कार्यक्रम है, यह एक बहुत ही गहन प्रक्रिया है। यदि मैं कहूँ कि 'सम्यमा' में क्या–क्या होता है, तो तुम भयभीत होगे, या विश्वास नहीं करोगे। इसे यों कहें कि अभी तुम यहाँ बैठे हो, ध्यान कर रहे हो। कुछ समय बाद तुम पूर्ण रूप से जागरूक हो, परन्तु अचानक तुम पाते हो कि तुम्हारा शरीर साँप की तरह रेंगना शुरू कर देता है। तुम्हें इसका बोध हो रहा है; तुम इसे रोकना चाहते हो। परन्तु शरीर एक साँप की तरह रेंग रहा है। तुम ध्यान से बाहर आते हो – तुम बिल्कुल सामान्य हो जाते हो। तुम ध्यान में बैठते हो, शरीर रेंगने लगता है। फिर हो सकता है यह चिड़िया की तरह फुदकने लगे, संभव है यह कुत्ते की तरह, या एक बाघ की तरह, किसी और प्राणी की तरह चलने लगे। यह कई रूप ले सकता है।

ऐसा इसलिए हो रहा है क्योंकि मन–मस्तिष्क की अचेतन परतों में बहुत से आयाम ऐसे हैं, जो तुम्हारी पहुँच के बाहर हैं, परन्तु तुम्हारे हरेक कार्य को वे प्रभावित करते हैं। तो यदि तुम उस प्रक्रिया से गुज़रते हो जहाँ चेतना के उच्चतर स्तरों से तुम उन अचेतन परतों को चेतन अवस्था में ले आते हो – स्मृति के तल पर नहीं, परन्तु ऊर्जा और अनुभव के तल पर – तुम इन चीज़ों से निपट सकते हो और स्वयं को अपने भीतर बड़े पैमाने पर उन्मुक्त रख सकते हो। उस संदर्भ में यह लाभप्रद है। परन्तु स्मृति के स्तर पर कुछ भी याद करने का कोई अच्छा परिणाम नहीं होने वाला है। यह तुम्हारे जीवन को और जटिल बना देगा, उसे अस्त–व्यस्त कर देगा।

मान लो कि तुम्हें पता चलता है कि पड़ोसी का कुत्ता तुम्हारे पिछले जन्म में तुम्हारा पति था, तब तुम अपने पड़ोसी के कुत्ते पर पत्थर फेंकने लगोगे (हँसते हैं)। मुझे नहीं मालूम कि तुम जाकर उसे चूम लोगे या पत्थर मारोगे; दोनों ही तरह से यह खतरनाक हैं, है कि नहीं? क्योंकि उसे तो कुछ भी याद नहीं। उस पर पत्थर फेंकोगे तो पड़ोसी से ठन जाएगी। यदि तुम चूमना चाहोगे तो कुत्ते से खतरा है। इसलिए तुम्हारे लिए यह सुरक्षित नहीं है; यह तुम्हारे लिए आवश्यक भी नहीं है। परन्तु दूसरे स्तर पर, यदि तुम स्मृति–प्रक्रिया में जाए बिना, इसे अपने अनुभव क्षेत्र में लाते हो, तो एक तरह से, तुम्हारे लिए यह स्वयं को मुक्त करने का एक तरीका बन जाता है।

हम यहाँ ईशा योग केन्द्र में जो करते हैं, वह 'कर्म सम्यमा' कहलाता है। (सम्यमा कई प्रकार के हैं)। इसीलिए 'कर्म सम्यमा' में यदि तुम एक खास स्तर तक चेतना को उन्नत करते हो, तो अचेतन मन की पर्त–दर–पर्त ऊपर आती है और स्वयं को स्वतः विसर्जित कर लेती हैं। तुम्हें कोई सुझाव नहीं दिए जाते, कोई मार्गदर्शन नहीं दिया जाता। जब तुम अधिक से अधिक जागरूक होने लगते हो, तब अचानक तुम देखते हो कि तुम्हारा पूरा शरीर इस प्रक्रिया से गुज़रता है। देखो तुम्हारे मन में क्या घटित होता है, वह कभी भरोसेमंद नहीं होता। मन तुम्हें लाखों तरीके से धोखा दे सकता है। पर जो शरीर में घटित होता है, वह वास्तविक है, है कि नहीं? क्या तुम्हारे शरीर ने तुमसे कभी झूठ बोला है? तुम्हारे मन ने लाखों बार तुमसे झूठ बोला है। क्या ऐसा नहीं है? शरीर ने तुमसे कभी झूठ नहीं बोला। इसीलिए हम हमेशा चाहते हैं कि ये चीज़ें शारीरिक व ऊर्जा के स्तर पर घटित हों, मानसिक स्तर पर नहीं, क्योंकि मन तुम्हारे अंदर असंख्य विभ्रांतियाँ पैदा करने में सक्षम है। यह कुछ भी रच सकता है, तुम्हें भरोसा दिला सकता है कि यह भ्रम नहीं, बल्कि वास्तविक है।

ये सभी चीजें बहुत ही विवेकहीन ढंग से की जा रही हैं। एक महिला है, जो अब कई वर्षों से अमेरीका में है। वहाँ उसने बहुत तरक्की की। एक बार, एक साल में उस दंपति ने शेयर बाजार में सबसे ज़्यादा धन कमाया। तो तुम कल्पना कर सकते हो कि अमेरीका में किसी साल में सबसे ज्यादा धन कमाने का अर्थ क्या है, उन्होंने कितना कमाया होगा। और वह महिला अब इन सारे चक्करों में पड़ गई – वह अब हॉलीवुड की मसालेदार फिल्मों की दीवानी है। उसने बेवरली हिल्स पर दो मकान खरीदे, ताकि वह उस परिदृश्य में बनी रहे। फिर वह किसी मनोवैज्ञानिक के चक्कर में पड़ गई, जिसकी फोन पर प्रति घंटा परामर्श देने की फीस नब्बे डालर होती थी। व्यक्तिगत रूप से मिलने पर और भी ज्यादा लेता था।

वह मनोवैज्ञानिक जो भी कहता था महिला उन बातों पर पूरा भरोसा करती थी। एक दिन उसने कहा "तुम्हारे पिछले जन्म में टॉम क्रूस तुम्हारा पति था और रिचर्ड गेरे तुम्हारे पिता। इसलिए तुम उनके बस आसपास रहो, वे आज नहीं तो कल तुम्हें जरूर पहचान लेंगे।" उस महिला का पति इन सब से बहुत परेशान हुआ, क्योंकि महिला किसी भी तरह से टॉम क्रूस की नज़र में आना चाहती थी, वह पार्टियाँ देती, उसके आस–पास घर खरीदती। पति बिलकुल पागल हुआ जा रहा था। तभी यह बात मेरी जानकारी में आई और किसी तरह वह महिला मेरे पास आ गई। वह सौ प्रतिशत इसे सही मानती थी कि पिछले जन्म में टॉम क्रूस उसका पति था। मैं

जानता था कि वह इस पर अड़ी हुई है। इसलिए मैंने कहा "ठीक है, ऐसा रहा होगा। पर मैं भी टॉम क्रूस को उसके पिछले जन्म में जानता था। वह अपने पिछले जन्म में सबसे बदसूरत लोगों में से एक था, क्या तुम यह जानती हो?" उसने कहा 'भला यह कैसे संभव है?!!!' उसने कभी नहीं सोचा था कि उसका पिछले जन्म में दूसरा शरीर रहा होगा। उसने सोचा वह वैसा ही रहा होगा जैसा अभी है। इसलिए मैंने कहा "मैं उसे पिछले जन्म में बहुत अच्छी तरह से जानता था, वह इतना कुरूप था, इतना कुरूप कि कोई उसे बर्दाश्त नहीं कर सकता था, क्या तुम्हें याद है?" वह एकदम पागल हो गई।

तो पूर्व जन्म की बातें लोगों के साथ यही सब कर रही हैं, उन्हें पागल बना देती हैं और उन्हें तमाम तरह की सनकी बातों व चीज़ों में उलझा रही हैं। इसका यह उद्देश्य नहीं है।

मानवीय प्रकृति का एक अंश है, जो विस्तार पाना चाहता है, जो असीम होना चाहता है।

प्रश्नकर्ता: गुरु जी, क्या आप 'ओजस' विषय पर कुछ कह सकते हैं, एक बार आपने इसकी चर्चा की थी।

सद्गुरु: देखो, तीन मुख्य क्रियाएँ हैं, जो इस भौतिक शरीर को चलाने के लिए ज़रूरी हैं: श्वसन – साँस लेना, पोषण – भोजन ग्रहण करना, उत्सर्जन – मल–मूत्र त्यागना। यदि तुम्हारे कोई विचार नहीं हैं, कोई भावना नहीं हैं, तब भी तुम चल सकते हो, है कि नहीं? यदि तुम ध्यान न करो, तभी भी तुम चल सकते हो। पर श्वसन, पोषण और उत्सर्जन जरूर होते रहना चाहिए। ये तीनों नितान्त आवश्यक क्रियाएँ हैं, जिनका होना इस भौतिक शरीर को चलाने के लिए अनिवार्य है। तो ये तीनों क्रियाएँ मुख्य रूप से भौतिक तत्वों को एक रूप से दूसरे रूप में बदलने में सहायक होती हैं। उदाहरण के तौर पर खेती को देखो। खेती का मतलब क्या है? तुम माटी को भोजन में बदलते हो। पाचन : तुम भोजन को मांस–मज्जा और मल में बदलते हो।

ये सब अलग–अलग प्रक्रियाएँ हैं, जिनसे तुम एक भौतिक अवस्था को दूसरी भौतिक अवस्था में बदल रहे हो। तुम एक गाजर खाते हो, तुम उसे एक मनुष्य में बदलते हो। जबर्दस्त काम है, है कि नहीं? आसान काम नहीं है। तुम एक साधारण–सी

सब्जी खाते हो और तुम इसे एक मनुष्य में बदल देते हो। यदि यह विकास के स्तर पर घटित होना हो, तो इसमें कम से कम एक करोड़ साल लगेंगे। तुम सिर्फ एक दोपहर में ऐसा कर देते हो। यह कोई मामूली प्रक्रिया नहीं है। तुम जो काम कर रहे हो, उसकी महत्ता और चमत्कार को जाने बिना तुम करते जा रहे हो। यदि तुम समझते हो और इस चमत्कार को असल में अनुभव करते हो कि तुम जल और भोजन जैसी सामान्य चीज़ों को मानवीय संभावनाओं में बदल रहे हो – निश्चय ही यह बहुत ही अद्भुत एवं विराट कार्य है, है कि नहीं? तो एक भौतिक वस्तु को दूसरी भौतिक वस्तु में बदलना एक प्राकृतिक प्रक्रिया है, जो निरन्तर तुम्हारे भीतर चल रही है।

यही प्रकृति है। यदि तुम प्रकृति के नियमों के अनुसार चलते हो, तो स्वाभाविक रूप से, स्वयं को सुरक्षित रखना सबसे प्रमुख मूल प्रवृत्ति है और प्रमुख प्रक्रिया भी। ये तीन क्रियाएँ – श्वसन, पोषण और उत्सर्जन – ये तीनों भी इसी आत्म–संरक्षण से जुड़ी हैं। तो यदि स्वयं को सुरक्षित रखने की क्रिया ठीक से हो रही है, तो भौतिक अस्तित्व जिस अगली क्रिया की माँग करती है, वह है प्रजनन। परन्तु वह भी एक प्रकार से आत्मसंरक्षण ही है। अपनी जाति का संरक्षण, है कि नहीं? तो प्रजनन को भी आत्म–संरक्षण कहा जा सकता है, यह आत्म–संरक्षण का दूसरे दरजे का स्तर है। परन्तु भौतिक तो केवल आत्म–संरक्षण को ही जानता है। इसके अलावा कुछ भी नहीं, केवल आत्मसंरक्षण – और यह अच्छा है। यदि भौतिक में आत्म संरक्षण की कोई समझ नहीं होती, तो तुम अस्तित्व में न होते।

अब तुम अपने अंदर एक उच्च्य स्तरीय आयाम पर ध्यान देना चाहते हो। प्रकृति का एक और अंश तुम्हारे अंदर है, जो विस्तार पाना चाहता है, जो कुछ और बन जाना चाहता है, जो सीमित दायरे में बँध कर रहना नहीं चाहता। यह असीम हो जाना चाहता है। सीमाएँ सदैव भौतिक आयाम में ही होती हैं। भौतिक का अर्थ है, दो सीमाओं के बीच बंधा हुआ, है कि नहीं? बड़ी या छोटी, इससे फर्क नहीं पड़ता; हमेशा दो सीमाओं के बीच। अभौतिक का अर्थ है, सीमाएँ न होना। तो भौतिक से अभौतिक की ओर जाने का अर्थ सीमित से असीमित होना भी है। अभी सीमित से असीमित होने के लिए तुम्हारे पास कोई वाहन नहीं है। अभी जो कुछ भी तुम्हारे पास है वह भौतिक है। इसलिए तुम अपने लिए एक वाहन बनाने की कोशिश कर रहे हो जो अभौतिक हो, परन्तु फिर भी वह अपना एक खास रूप बनाए रखे। ओजस वही आयाम है, जहाँ तुम अभौतिक ऊर्जा को पैदा करते हो, परंतु फिर भी इसका अपना एक रूप होता है। इसलिए इसका एक वाहन की तरह इस्तेमाल किया

जाता है।

यदि तुम अपने चारों ओर पर्याप्त ओजस पैदा कर लो, तो इस अस्तित्व में तुम्हारा मार्ग सुगम हो जाएगा। तुम देखोगे कि जीवन तुम्हारे लिए प्रयास–रहित हो जाएगा, एकदम सहज और अनायास। तुम जहाँ भी जाओगे बड़ी सहजता से पहुँच जाओगे। तुम्हारे चारों ओर भले ही उथल–पुथल मची रहे, तुम्हारा मार्ग निर्द्वंद्व होगा। तुम निर्बाध चलते रहोगे। जब तुम इस स्थिति में पहुँचोगे जीवन में बड़े से बड़ा खतरा मोल ले सकते हो, जोखिम उठा सकते हो, पता है? तुम बड़े दुस्साहस पूर्ण जीवन बिता सकते हो। दूसरे लोग सोचेंगे कि तुम बड़े दुस्साहसी हो, परन्तु तुम जानते हो तुम कहाँ जा रहे हो। तो इसमें कोई परेशानी नहीं होगी। तुम इस तरह जी सकते हो कि दूसरे लोग सोचेंगे कि तुम अतिमानव हो, केवल इसलिए कि तुम्हारे सिर के चारों ओर ओजस का प्रकाश–वलय चमक रहा होता है। अस्तित्व में तुम्हारा मार्ग अबाध और सर्वथा सुगम हो जाता है।

सुदूर पूर्व की संस्कृतियों में, एक आत्मज्ञानी व्यक्ति को 'एनसो'[1] कहा जाता है। *एनसो* का अर्थ होता हैः वृत्त। लोग उसे वृत्त क्यों कहते हैं, क्योंकि वृत्त एक ऐसा आकार है, जिसमें सबसे कम प्रतिरोध होता है। तुम्हारी कार या मोटर साइकिल के पहिए गोलाकार क्यों होते हैं, आयाताकार या त्रिकोणाकार क्यों नहीं? क्या तुम कल्पना कर सकते हो कि तुम वर्गाकार पहियों पर कैसे सवारी करोगे? वे गोलाकार इसलिए होते हैं, क्योंकि वृत्त का आकार सबसे कम प्रतिरोधी होता है। कहीं भी कोई भी गतिशील भाग गोलाकार ही होता है, क्योंकि उसमें सबसे कम प्रतिरोध होता है। तो यदि तुम अपने चारों ओर पर्याप्त ओजस पैदा कर लो, तो तुम गोलाकार हो जाओगे – शरीर से नहीं, कृपया शरीर से कहीं गोल न हो जाना (हँसते हैं), ठीक है? अपने अस्तित्व में तुम गोलाकार हो जाते हो, ताकि अस्तित्व से तुम्हारा निकास सबसे कम प्रतिरोध के साथ हो। ओजस यह संभावना पैदा करता है।

1. एनसोः जापानी भाषा के इस शब्द का अर्थ है 'वृत्त'। यह ज़ेन से संबद्ध अवधारणा है। जापानी लेखन–पद्धति में 'एनसो' आत्मज्ञान, शक्ति, सुंदरता, ब्रह्मांड और शून्य का प्रतिनिधित्व करता है।

अच्छा और बुरा दुनिया को बाँटता है

“जैसे ही तुम किसी चीज़ को अच्छे या बुरे की पहचान देते हो, तुम केवल दुनिया को विभाजित कर रहे हो।“

— सद्‌गुरु

अच्छा और बुरा

दुनिया को बाँटता है

सद्‌गुरुः इस दुनिया में, क्या अच्छे लोग ज़्यादा दु:ख झेल रहे हैं, या बुरे लोग ज़्यादा दु:ख झेल रहे हैं? अच्छे लोग, है न? वैसे, जो लोग सोचते हैं कि वे अच्छे हैं, वे स्वयं ही एक दु:ख हैं। (हँसी) क्या ऐसा नहीं है? कृपया इस पर गौर करो।

अब, सबसे पहले तुम अच्छे बने कैसे? (कुछ लोगों की ओर इशारा करते हुए) “वह अच्छा नहीं है, वह अच्छी नहीं है, वह अच्छा नहीं है... इन लोगों की तुलना में मैं एक अच्छा व्यक्ति हूँ।” यह विचार तुम्हारे मन में कहाँ से आया कि तुम अच्छे हो? मुझे बताओ। तुम ने अपनी तुलना बहुत से लोगों से की और उन सारे लोगों को बुरा मान कर अब तुम स्वयं अच्छा महसूस कर रहे हो।

जो व्यक्ति यह सोचता है कि वह बहुत अच्छा है, उसके दिमाग में इस दुनिया में और कोई भी ठीक नहीं है। जितना ज़्यादा तुम अपने आप को अच्छा समझते हो, उतना ही ज़्यादा लोग तुम्हारे साथ अच्छे नहीं हैं। जो लोग ऐसा विश्वास करते हैं कि वे बहुत अच्छे हैं, उनके करीब कोई भी नहीं जाना चाहता; क्योंकि वे इतने अच्छे हैं कि उनके साथ जीवन घटित ही नहीं हो सकता। तुम्हारी अच्छाई केवल किसी और चीज़ की तुलना पर ही टिकी हुई है, है कि न? तुम अपने आप को 'अच्छे' के रूप में स्थापित कर रहे हो: “अगर ये सारे लोग बिल्कुल घटिया हैं, तब तो वास्तव में मैं बहुत ही अच्छा आदमी हूँ।” अच्छे लोग कही नहीं पहुँचेंगे, ना तो इस दुनिया में ना ही दूसरी दुनिया में।

क्या तुम एक चुटकुला सुनना चाहोगे? क्या तुम इसे पचा पाओगे? अपने पिछले जन्म में शंकरन पिल्लई एक अच्छा व्यक्ति था। कुछ दिन बीमार रहने के बाद उसकी मृत्यु हो गयी। स्वाभाविक है, एक अच्छा आदमी होने के नाते वह स्वर्ग में पहुँचा। वहाँ देवदूतों की स्वागत समीति ने उसका खाता खोला और सारे पन्नों को देखना शुरू

किया : 'अच्छा कार्य, अच्छा कार्य, अच्छा कार्य, अच्छा कार्य, अच्छा कार्य... पूरे खाते में केवल अच्छे ही अच्छे काम। अब तो देवदूत कुछ उलझन में पड़ गए। वे शंकरन पिल्लई के पास आकर बोले, "श्रीमान पिल्लई, यहाँ एक छोटी समस्या है।" उसने पूछा, "क्या समस्या है?" देवदूतों ने कहा, "देखो हमारे पास स्वर्ग में विभिन्न प्रकार के आवास हैं, विभिन्न स्तर के आवास। अगर केवल एक बुरा कर्म किया हो तो उसका मतलब सबसे उच्च स्तर का स्वर्ग – सामने समुद्र के नज़ारे के साथ। दो बुरे कर्म यानी अगले स्तर का आवास। तीन बुरे कर्म – उससे अगले स्तर का आवास, क्रमशः। लेकिन कोई बुरा कर्म नहीं – हमारे पास उसके लिए तो कोई स्थान नहीं है। हम वास्तव में यह नहीं जानते कि आपके साथ क्या किया जाए। आप पहले व्यक्ति हैं जो इस तरह आए हैं।" शंकरन पिल्लई ने सोचा, "यह क्या बेवकूफी है! संसार में मेरे पास कोई भी नहीं आना चाहता था, क्योंकि मैं इतना अच्छा आदमी था। मैं इस आशा में जी रहा था कि आगे स्वर्ग मिलेगा, और अब यहाँ भी एक समस्या है?" (हँसी)

तब देवदूतों ने विचार–विमर्श किया और वे एक निर्णय पर पहुँचे। उन्होंने कहा, "कोई चिन्ता की बात नहीं श्रीमान पिल्लई। हमने एक समाधान ढूँढ निकाला है। आपका शरीर अभी भी वहाँ पड़ा हुआ है। हम आपको तीन घंटे का जीवन दे रहे हैं। वहाँ जाकर सिर्फ एक बुरा कर्म कर लीजिए, हम लोग आपको सर्वोच्च स्वर्ग में रख देंगे। इससे कुछ भी नहीं बिगड़ेगा"।

शंकरन पिल्लई फिर से ज़िन्दा होकर आ गये। वे बैठकर यह सोचने लगे कि कैसे एक बुरा कर्म किया जाए। डेढ़ घंटा बीत गया। देखो, वह तुम्हारे जैसा नहीं है; उसको कोई अभ्यास नहीं है। (हँसी) डेढ़ घंटे के बाद उसे याद आया कि उसके पड़ोस में एक महिला है, जो अब जवान नहीं है परन्तु वह हमेशा अपनी ओर उसका ध्यान आकृष्ट करने की कोशिश करती रहती है। एक अच्छा व्यक्ति होने के नाते, वह कभी भी उसकी ओर नहीं देखता था। अब उसने सोचा, "ठीक है, व्यभिचार एक बुरा कर्म है।" आखिर वह जो भी करने जा रहा था, सिर्फ स्वर्ग जाने के लिए ही तो कर रहा था। इसलिए वह उस महिला को ढूँढने निकला। उसने जाकर उस महिला का दरवाज़ा खटखटाया। उसने आकर दरवाज़ा खोला। जब उसने दरवाजा खोला, तब शंकरन पिल्लई ने कहा, "मैं तुम्हें चाहता हूँ!"

“क्यों, श्रीमान पिल्लई कल शाम को ही तो वे लोग कह रहे थे कि आप मृत्यु शय्या पर पड़े हैं! फिर यह क्या है?” शंकरन पिल्लई ने कहा, “उसकी फ़िक्र छोड़ो, देखो, मैं तुम्हें चाहता हूँ!” फिर वह अन्दर गया और फिर तो तुम जानते हो, प्रकृति हावी हो गई और उन दोनों के बीच चीजें घटित हुई। अब वह उसके घर में मरना नहीं चाहता था (हँसी), और समय बीत रहा था। अतः उसने महिला से कहा, “मुझे अब जाना होगा” और वह उठकर दरवाज़े पर आ गया। महिला उसे विदा करने आयी और बोली, “श्रीमान पिल्लई, क्या आप जानते हैं कि आज आपने मेरे लिए कितना अच्छा काम किया है?” (हँसी) एक और अच्छा काम– क्या करें?

अतः अच्छे लोग न तो यहाँ काम बनाते हैं न वहाँ। तुम्हारी अच्छाई तुम्हें मुक्त नहीं करती है। तुम्हारी अच्छाई केवल किसी की तुलना में ही होती है। यह अच्छाई नहीं है; यह एक प्रकार की बीमारी है। यह ठीक वैसे ही है, जैसे आजकल के लोग हैं: वे खुश हैं; लेकिन वे यह नहीं जानते कि असली आनन्द क्या है। उनकी खुशी केवल यही है कि उनके पास जो वस्तुएँ हैं, वे दूसरे लोगों के पास नहीं हैं, क्या ऐसा नहीं है? अब, मान लेते हैं कि तुम सभी बहुत भूखे हो, लेकिन मेरा पेट भरा है और मैं बहुत खुश हूँ कि “किसी के पास भोजन नहीं है, लेकिन मेरे पास कम से कम कुछ खाने को तो है।” क्या यह खुशी है या बीमारी?

प्रश्नकर्ताः बीमारी।

सद्गुरुः मानवता इसी बीमारी से पीड़ित है। ज़्यादातर लोग इस बीमारी को खुशी मान कर चल रहे हैं। उनके खुश होने का अर्थ केवल इतना ही है कि दूसरों के पास वह नहीं है जो उनके पास है। अगर सबके पास वह वस्तु होती जिसे वे आज मूल्यवान समझते हैं, तो ज़्यादातर लोग उन चीज़ों को छूते भी नहीं। तुम अपने गले में एक बड़ा–सा पत्थर लटकाये हुए घूम रहे हो। यह पत्थर गौरव का प्रतीक बन गया है तथा इतना मूल्यवान बन गया है, क्योंकि यह हर व्यक्ति के पास उपलब्ध नहीं है। अगर हर व्यक्ति के गले में यह पत्थर लटका मिले, तो तुम इसे छूओगे भी नहीं। क्या ऐसा नहीं है? इसलिए यह एक बीमारी है। इस बीमारी को लोग अच्छाई या खुशी के रूप में स्वीकार कर रहें हैं; यह बीमारी तुम्हें मुक्त नहीं करेगी।

अगर तुम स्वयं में आनंदित हो, तो सहज ही आसपास की जिदंगी से तुम्हें कोई शिकायत नहीं होगी। जब तुम जीवंत और आनंदित होते हो, तब तुम कोई जीवन–विरोधी काम नहीं करते। क्या तुमने इस पर ध्यान दिया है? जब भी तुम आनंदित होते हो, तुम बड़े विशाल–हृदय और उदार होते हो; क्या तुमने यह देखा

है? जब तुम बहुत खुश होते हो, तो कोई कुछ भी करे, सब ठीक ही रहता है; तुम उन चीजों के पार देख सकते हो। जब तुम नाखुश होते हो, तो इस दुनिया में तुम्हें सबके साथ समस्या होती है।

तुम्हारी अच्छाई तुम्हें मुक्त नहीं करेगी; तुम्हारी अच्छाई तुम्हारे अंदर पवित्रता नहीं लाएगी। अच्छे लोग सारी बुरी चीजों को जानते हैं; वे केवल उनको टालने की युक्ति में लगे रहते हैं। अगर तुम उनको टाल रहे हो, तो संभवतः निरंतर तुम उनके बारे में ही सोच रहे हो। हाँ या ना? तुम उनसे मुक्त नहीं हो; तुम केवल उनको टाल रहे हो। किसी चीज़ को टालना उससे स्वतंत्र होना नहीं है।

'ईश्वर एक महान रचयिता है। व्यवस्था करना तुम्हारा काम है।'

अब अगर तुम सच्चाई के साथ इन सारे लोगों को अपनी ज़िम्मेदारी के रूप में अनुभव करना शुरू करते हो, तो क्या तुम एक पवित्र प्राणी नहीं बनोगे? अगर तुम वास्तव में अपने इर्द–गिर्द के सभी जीवन की शत्–प्रतिशत् जिम्मेदारी अपने ऊपर लेना शुरू कर देते हो, तो क्या तुम एक पवित्र प्राणी नहीं बन जाओगे? पवित्रता समावेश से आती है, अच्छाई बहिष्कार से आती है।' तुम 'अच्छे' बन जाते हो क्योंकि तुम ने किसी का बहिष्कार किया हैः "वह अच्छा नहीं है, वह अच्छी नहीं है, वह अच्छा नहीं है।" लेकिन तुम 'पवित्र' तभी होते हो, जब तुम समावेशी होते हो, सबको शामिल करते हो। कृपया इस पर गौर करो, तुम्हारी अच्छाई बहिष्कार से आ रही है। क्या ऐसा नहीं है? इससे काम नहीं चलेगा। यह केवल तुम्हें पीड़ा ही देगी। अच्छे लोग हमेशा पीड़ित रहते हैं। वे हमेशा सोचते रहते हैं, "मैं इतना अच्छा आदमी हूँ, लेकिन मेरा व्यवसाय अच्छा नहीं चल रहा है। मेरा पड़ोसी इतना दुष्ट आदमी है, लेकिन उसका व्यापार बहुत अच्छा चल रहा है। ईश्वर मेरी मदद क्यों नहीं कर रहा है?" तुम अच्छे हो लेकिन तुम मूर्ख हो – क्या किया जाए? (हँसते हैं)

अगर तुम उचित काम नहीं करोगे, तो कोई भी काम नहीं बनेगा। अगर तुम चाहते हो कि तुम्हारे जीवन के कुछ खास पहलू कार्य करें, तो तुम्हारे पास उसे साकार करने की समझ होनी चाहिए; वरना उसका कोई सकारात्मक परिणाम नहीं निकलेगा। अगर तुम सोचते हो कि ईश्वर आकर तुम्हारी मदद करेंगे, तो मैं चाहता हूँ कि तुम

यह समझो कि ईश्वर तुम्हारे लिए अपनी छोटी उँगली भी नहीं उठाने वाले हैं। ईश्वर – या जिसे भी तुम ईश्वर मानते हो – वह रचयिता है। रचयिता के रूप में उसने बहुत ही बेहतरीन कार्य किया है। क्या तुम इससे बेहतर सृष्टि की कल्पना कर सकते हो? नहीं। रचयिता के रूप में उसका कार्य परिपूर्ण है, क्या ऐसा नहीं है? अब, संचालन तुम्हारा कार्य है। ईश्वर एक अच्छा मैनेजर नहीं है; वह एक बुरा मैनेजर है। वह एक महान सृष्टिकर्ता है। संचालन तुम्हारा कार्य है। अगर तुम अपने कार्य को अच्छे ढंग से संभालते हो, तो यह अच्छी तरह होगा। अगर तुम अपने कार्य को अच्छे ढंग से नहीं संभालते हो, तो यह अच्छी तरह नहीं होगा। यह एकदम सरल बात है।

अगर ईश्वर या चैतन्य हर व्यक्ति में विद्यमान है, तो कुछ लोग अच्छे और कुछ लोग बुरे क्यों हैं? अगर ईश्वर सब में विद्यमान है, तो सबको अच्छा होना चाहिए न। इसलिए मैं पूछता हूँ, तुमसे यह किसने कहा कि ईश्वर एक अच्छा आदमी है? ईश्वर अच्छा आदमी नहीं है। क्या वह बुरा है? नहीं, वह बुरा भी नहीं है। यह 'अच्छा' और 'बुरा' तुम्हारी समस्या है। यह 'अच्छे' और 'बुरे' की समस्या तुम्हारे मन द्वारा रची गयी है, क्योंकि तुम ने हर एक चीज़ को 'अच्छे' या 'बुरे' की पहचान दी है। यह अच्छा–बुरा, सही–गलत सब तुम्हारी नासमझी है। सौ साल पहले जिसे बहुत अच्छा समझा जाता था, वह आज असहनीय है। है कि नहीं? जिसे तुम बहुत अच्छा समझते हो, उससे तुम्हारे बच्चे घृणा करते हैं। अतः जो अच्छा और बुरा है वह सब तुम्हारा मानसिक कबाड़ है; इसका जीवन से कुछ भी लेना–देना नहीं है। अतः सृष्टिकर्ता को अपनी श्रेणी में मत रखो।

जिसे तुम सृष्टिकर्ता कहते हो, वह न तो अच्छा है, न बुरा। अभी, इस वक्त, यह बिजली अच्छी है या बुरी? बहुत अच्छी? अपनी उँगली उसमें डालो और फिर देखो। (हँसी) यह न तो अच्छी है न ही बुरी; यह केवल ऊर्जा है, है कि न? तुम इससे अनोखी चीज़ें बना सकते हो। तुम इससे भयानक चीजें भी बना सकते हो। तुम यही तो कर रहे हो। तुम इसे (अपनी ओर इशारा करते हुए) किसी अनोखी चीज में रूपांतरित कर सकते हो या तुम इसे बेहद भयानक बना सकते हो। यह तुम्हारी मर्ज़ी है।

तुमने इससे जो कुछ भी बनाया है, वह किसकी ज़िम्मेदारी है? अगर तुम देखते हो कि "मैं ज़िम्मेदार हूँ", तो फिर क्या तुम स्वयं को एक भयानक चीज़ बनाओगे? तुम ने सोचा कि कोई दूसरा ज़िम्मेदार है, इसीलिए तुमने स्वयं को इतना भयानक बना लिया। अगर तुम यह देखते हो कि यह शत्–प्रतिशत् मेरी ज़िम्मेदारी है, तो क्या तुम स्वयं को इतना भयानक और दयनीय बनाते? तुम सोचते हो, "मैं ऐसा इसलिए हूँ,

क्योंकि मेरे पिता ने मेरा पालन–पोषण सही ढंग से नहीं किया था। मैं ऐसा इसलिए हूँ, क्योंकि मेरे शिक्षक सही नहीं थे। मैं ऐसा इसलिए हूँ, क्योंकि मेरे पड़ोसी ने मेरे साथ ऐसा किया...।" दरअसल, तुम ऐसे इसलिए हो, क्योंकि तुमने खुद को ऐसा बनाया है, बात सिर्फ इतनी ही है। अगर तुम यह देखते हो कि 'यह शत्–प्रतिशत् मेरी ज़िम्मेदारी है', तो तुम इसे सचमुच कुछ अद्भुत बना दोगे। क्या ऐसा नहीं है? चूँकि तुम यह सोचते हो कि कोई दूसरा ज़िम्मेदार है, इसलिए तुम्हारा अस्तित्व संयोगवश घटित हो रहा है।

प्रश्नकर्ता: सद्‌गुरु, धूम्रपान और मदिरापान जैसे व्यसनों से छुटकारा कैसे मिल सकता है? (सद्‌गुरु हँसते हैं) दरअसल, हम जानते हैं कि ये बुरी चीजें हैं, फिर भी हमें उनकी लत लग गई है। मैं बहुत से खेलकूद भी करता हूँ, लेकिन मैं नियमित धूम्रपान भी करता हूँ – तीन घंटे में एक, या दो घंटे में एक सिगरेट तो पी ही लेता हूँ। मैं जानता हूँ कि यह एक बुरी चीज़ है और मुझे इससे छुटकारा पाना है।

सद्‌गुरु: मैंने ऐसा नहीं कहा कि यह बुरी चीज़ है। (हँसी) मैं ऐसा नहीं सोचता कि यह अच्छा है या बुरा। बात बस इतनी है कि धूम्रपान करना मूर्खता है। यह अच्छा या बुरा नहीं है; यह केवल मूर्खता है, क्योंकि यह मशीन (शरीर की तरफ़ इशारा करते हुए) धूम्रपान के लिए नहीं बनाई गई थी। यह मशीन पर्यावरण के अनुकूल है, इससे पर्यावरण को कोई खतरा नहीं है। (हँसी) लेकिन अब तुम इसे धुएँ की मशीन बना रहे हो; यह मूर्खता है, है कि नहीं? एक बहुत ही सक्षम मशीन को तुम एक अक्षम मशीन बना रहे हो, क्या यह मूर्खता नहीं है? यह अच्छा है या बुरा? अच्छे–बुरे जैसी कोई चीज नहीं होती।

प्रश्नकर्ता: हाँ, हम जानते हैं यह बुरा है, लेकिन...

सदगुरु: देखो, पूरी बात यही है। जैसे ही तुम इसे 'बुरा' कहते हो, तुम इसे नहीं छोड़ सकते हो। तुम इसे उपाधि क्यों दे रहे हो? यह सिर्फ मूर्खता है, बस इतना ही है। अगर तुम यह देख लेते हो कि किसी खास चीज़ को करना मूर्खता है, तो तुम उसे हर रोज नहीं कर सकते। कहीं न कहीं तुम अपने को दूसरों से ज़्यादा अक्लमंद महसूस करते हो। है कि नहीं?

देखो, अब धीरे–धीरे दुनिया में लोग तुम्हारे विरुद्ध हो गये हैं। आज से केवल तीस साल पहले अगर तुम किसी के चेहरे पर धुआँ छोड़ते थे, तो तुम खुद को महान महसूस करते थे; वे अपने आप को मूर्ख समझते थे। अब, पलड़ा उल्टा हो गया है,

है कि नहीं? तो, कहीं न कहीं तुम ने सोचा कि यह अक्लमंदी का कार्य है। जब तुम केवल दस साल के बच्चे थे, तो तुम सिगरेट पीकर किसी के चेहरे पर धुआँ फेकना चाहते थे। परन्तु अब हम गाड़ियों को धुआँ–रहित करने के लिए बहुत कठिन परिश्रम कर रहे हैं। है कि नहीं? भारी तादाद में ईंधन और इंजन पर अनुसंधान–कार्य चल रहा है, और यह सारा कार्य हमारी गाड़ियों को धुआँमुक्त करने के लिए किया जा रहा है। एक धुआँ–रहित मशीन को अगर तुम धुएँ से भर रहे हो, तो क्या यह मूर्खता है या बुद्धिमानी?

प्रश्नकर्ताः मूर्खता।

सद्गुरुः जरा ज़ोर से कहो।

प्रश्नकर्ताः मूर्खता। (हँसी)

सद्गुरुः बस इतना ही है। अगर तुम इसे देख लो, तो यह धीरे–धीरे समाप्त हो जायेगा। अब, इसका एक खास रसायनिक घटक भी है। तुम्हारी रसायनिक संरचना निकोटिन या कैफ़ीन, इत्यादि रसायनों पर निर्भर हो गयी है। हम लोग उसको बदल देंगें। तुम सिर्फ यह देखो, अगर तुम *शांभवी महामुद्रा* करते रहो, तो अचानक तुम्हारा पूरा तंत्र इतना उत्साहित हो जाता है कि धूम्रपान करने की, चाय या कॉफ़ी पीने की आवश्यकता ही नहीं रह जाती – सब कुछ गायब हो जाता है। अब अगर तुम इसे करते हो, तो केवल इसके सुख के लिए करते हो।

किसी दिन तुम्हें कॉफ़ी पीने की इच्छा हुई, तो तुम पीते हो। किसी दिन सिगरेट पीने की इच्छा हुई, तो तुम सिगरेट पीते हो। यह तुम्हारी इच्छा पर निर्भर होगा, लेकिन विवशता समाप्त हो जायेगी। तुम्हारी शारीरिक निर्भरता निकाल दी जाती है। हम अभ्यास के द्वारा ऐसा करेंगे। लेकिन पहले तुम यह देख लो कि इसे करना मूर्खता है। (हँसी)

मृतक को मृतक ही रहने दो; तुम्हारा सरोकार तो जीवित से है।

प्रश्नकर्ताः लगभग दो महीने पहले मैंने अपने पिताजी को अस्पताल में भर्ती कराया, उनकी हालत बहुत नाजुक थी। हमारी तमाम कोशिशों के बावजूद वो सिर्फ 36 घंटे तक ही जीवित रह पाए। जब उन्होंने अंतिम सांस ली उस समय हम सब उनके

1.शांभवी महामुद्राः ईशा योग कार्यक्रम में सिखाया जाने वाला एक पुरातन शक्तिशाली योगाभ्यास।

आसपास ही खड़े थे, और मैंने उनकी मौत देखी। उस वक्त मैंने डॉक्टरों से एक प्रश्न कियाः हमारे शरीर के अन्दर वह कौन सी शक्ति है जो हमे चलाती है, हमें जीवित रखती है?

सद्गुरुः अब, जिसे तुम अपना शरीर कह रहे हो वह सिर्फ मिट्टी का एक टुकड़ा है, जिसे तुमने उठाया है तथा जिसके साथ तुम इस तरह से उछल कूद कर रहे हो। यह सिर्फ एक मिट्टी का टुकड़ा है, है कि नहीं? इसे तुम ने उधार लिया है। जब कर्ज़ उतारने का समय आता है, तो तुम इतना बड़ा हंगामा क्यों करते हो? वैसे भी तुम एक ऑडिटर ठहरे। तुम जानते हो कि जो धन उधार लिया जाता है, उसे लौटाना ही पड़ता है; नहीं तो कोई उसका हिसाब ज़रूर रखता है। पृथ्वी बहुत अच्छी तरह हिसाब रखती है। तुम इसका एक अणु भी नहीं ले सकते हो। तुम इसे उधार ले सकते हो, उसका इस्तेमाल कर सकते हो, उसका आनंद उठा सकते हो, लेकिन तुम्हें उसे लौटाना तो पड़ेगा ही। जीवन का यही ढंग है। चूँकि तुम एक मिट्टी के टुकड़े से इतना ज़्यादा मोहग्रस्त हो गये हो – किसी टुकड़े को तुम 'मेरे पिताजी' या 'मैं' या 'मेरी पत्नी' या 'मेरा बच्चा' इत्यादि मान बैठे हो, अब तुम इसे छोड़ना नहीं चाहते हो। मैं चाहता हूँ कि तुम यह समझो, तुम्हारा प्रेम जीवन के लिए नहीं है। तुम्हारा प्रेम उससे है जिसे तुम 'मैं' और 'मेरा' मानते हो। इस दुनिया में हर रोज लोग मर रहे हैं, है कि नहीं?

हर मिनट में दो सौ लोग मरते हैं। तुमने कभी ऐसा क्यों नहीं सोचा, 'वे क्यों मर रहे हैं?' तुमने कभी ऐसा क्यों नहीं सोचा, 'जीवन का स्रोत कहाँ है'? अब, तुम्हारे पिता की मृत्यु हुई है। अगर तुम यह नहीं जानते कि तुम्हारे पिता कौन हैं, और यदि वह व्यक्ति मर भी जाता फिर भी तुम्हें कोई फर्क नहीं पड़ने वाला था। लेकिन अब यह 'मेरे पिता' – सारी बात यही है। तुम्हारी चिन्ता यह नहीं है कि कोई व्यक्ति मर रहा है; तुम्हारी चिन्ता इस बारे में नहीं है कि किसी के जीवन में क्या हो रहा है; तुम्हारी दिलचस्पी सिर्फ 'मैं' में है, क्या ऐसा नहीं है? इसलिए, जब तुम्हारी दिलचस्पी ऐसी है – एक विकृत दिलचस्पी – तब तुम्हारे पास जीवन का एक विकृत दृष्टिकोण होता है। यदि जीवन के प्रति तुम्हारा नजरिया विकृत है, तो पीड़ित होना निश्चित है, अवश्यंमभावी है। अब तुम्हारे पिताजी चले गए। हाँ, हम अपने प्रिय जनों

को जितना ज़्यादा संभव हो सके अपने पास रखने के लिए सब कुछ करना पसंद करेंगे, लेकिन निश्चित रूप से वे एक न एक दिन तो जाएँगे ही, है कि नहीं?

मुझे तुम्हें एक कहानी सुनानी चाहिए। तुम्हारा नाम क्या है? रवि? एक बार रवि जैसे एक व्यक्ति ने एक नया मकान बनाया। अब, यहाँ का यह रिवाज है कि लोग यदि किसी साधु–संत को जानते हैं, तो उन्हें घर पर बुलाते हैं ताकि उनके पधारने से उनका घर धन्य हो जाए। तो, इन लोगों ने भी एक योगी को अपने घर बुलाया। योगी आया; इन लोगों ने राजा के समान उसका स्वागत किया, राजा के समान ही आदर–सत्कार किया, अच्छी तरह भोजन कराया। फिर उन्होंने कहा, "आप हमें और हमारे घर को आशीर्वाद दीजिए।"

योगी ने कहा, "मैं आशीर्वाद देता हूँ कि पहले तुम्हारे पिताजी की मौत हो, फिर तुम्हारी, फिर तुम्हारे बच्चों की।" उस व्यक्ति को बहुत गुस्सा आयाः "तुम बड़े बेवकूफ निकले! हम लोगों ने तुम्हें घर पर बुलाया, हम ने तुम्हारे साथ राजा के समान व्यवहार किया, तुम्हें उपहार दिए, और जब हम ने आशीर्वाद माँगा तो तुम कह रहे हो कि पहले मेरे पिताजी की मौत हो; फिर मेरी; फिर मेरे बच्चों की?!" वह व्यक्ति भयभीत भी था, क्योंकि अगर योगी ने कहा है तो ऐसा घटित हो भी सकता है। योगी ने कहा ,"मैंने जो कहा उसमें गलत क्या है? अगर तुम अपने पिताजी से पहले मरते हो, तो क्या यह अच्छा है? या अगर तुम्हारे बच्चे तुमसे पहले मरते हैं, तो क्या यह अच्छा है? तुम्हारे पिताजी को ही पहले मरना चाहिए; फिर तुम्हें मरना चाहिए; फिर तुम्हारे बच्चों को मरना चाहिए। जीवन का स्वाभाविक क्रम यही है।"क्या तुम्हारे साथ जीवन को ऐसे घटित नहीं होना चाहिए?

जीवन का यही ढंग है। चूँकि तुम जीवन की लय से पूर्णतः अलग–थलग हो गये हो, इसलिए तुम सोचते हो कि तुम्हारे पिताजी को नहीं मरना चाहिए। ठीक है, तुम्हारे पिताजी के बदले में अगर तुम्हारी मृत्यु हो जाए, तो क्या यह अच्छी बात होगी? या तुम्हारे बच्चों की मृत्यु हो जाए, तो क्या यह अच्छा होगा? नहीं, है कि नहीं? यह इसी ढंग से घटित होना चाहिए। हाँ, हम अपने प्रिय जनों को रखने का यथा–शक्ति प्रयत्न करते हैं, लेकिन जब उनके जाने का समय आए, तो उन्हें शालीनतापूर्वक भेज देना चाहिए। और जब तुम्हारे जाने का समय आए, तो तुम्हें भी शालीनतापूर्वक जाना चाहिए। यह शरीर तुम्हारा नहीं है। तुमने इसे सिर्फ उधार लिया है। कोई ब्याज नहीं है, लेकिन इसके हरेक अणु को तुम्हें वापस लौटाना होगा। इसका यही नियम है, यह ऐसा ही है।

अगर हमारे बच्चे हमसे पहले मर जाएँ तो यह ठीक नहीं है। लेकिन हमारे पिताजी हमसे पहले मरें; तो यह सही है। हम आज ऐसी कोई कामना नहीं कर रहे हैं। हम चाहते हैं कि उनका जीवन लम्बा हो, लेकिन उन्हें एक न एक दिन मरना ही होगा। योगी का यही अर्थ था, जब उसने कहा, "पहले तुम्हारे पिताजी की मौत हो; फिर तुम्हारी; फिर तुम्हारे बच्चों की।" क्योंकि तीनों शक्तियों को संतुलन में कार्य करना चाहिए। केवल तभी जीवन है। अगर तुम्हारे पिताजी कभी नहीं मरते, तो तुम्हारे बच्चों को भी पैदा नहीं होना चाहिए। यदि तुम्हारे बच्चों को पैदा होना चाहिए, और उन्हें बड़ा होकर जीना चाहिए, तो तुम्हारे पिताजी की मृत्यु होनी चाहिए और फिर तुम्हारी भी मृत्यु होनी चाहिए। अगर हमारे सभी पूर्वज अभी ज़िन्दा हो जाएँ, तो क्या हम यहाँ रह सकेंगे? हम तो वैसे भी उनके मरने की कामना करेंगे। क्या ऐसा नहीं है? हम इस पर ज़रा ईमानदारीपूर्वक गौर करें। अगर 25 पीढ़ियों के तुम्हारे सभी पूर्वज अभी ज़िन्दा हो जाएँ, तो क्या तुम उन्हें चाहोगे? नहीं, तुम चाहोगे कि वे मर जाएँ। (हँसते हैं) इसलिए जो घटित हो रहा है, वह अच्छा है। सिर्फ इतना ही है कि हमें इसे उचित ढंग से संभालना चाहिए ताकि हमारे जीवन में यह कोई अस्वाभाविक घटना न बन जाए; यह अपने निर्धारित समय पर घटित हो।

प्रश्नकर्ताः मेरे पिताजी की मृत्यु 5 वर्ष पहले हुई थी। क्या मैं उनसे सम्पर्क बना सकता हूँ?

सद्‌गुरुः अब, मैं जानता हूँ कि यह बात एक खास भावावेश के कारण आ रही है। मैं इस भाव का मज़ाक नहीं उड़ाना चाहता हूँ, लेकिन मैं तुम्हें समझाना चाहता हूँ कि तुम्हारे पिताजी के साथ तुम्हारा संबंध तभी तक था जब तक वे शरीर में थे। जिसे तुमने अपना पिता मान रखा था, वह सिर्फ एक खास शरीर और एक खास मन है। तुमने अपने पिता के बारे में और कुछ भी नहीं जाना। हाँ या ना? जिसे भी तुमने अपना पिता मान रखा है, वह केवल एक खास आकृति का शरीर है तथा उनके मन और भावनाओं के कुछ खास पहलू हो सकते हैं। क्या तुम अपने पिता के बारे में और कुछ जानते हो? चूँकि तुम अपने ही बारे में कुछ और नहीं जानते, इसलिए अपने पिता के बारे में जानने का प्रश्न ही नहीं उठता, क्या ऐसा नहीं है? तुम ऐसा कह सकते हो, "नहीं मेरे पिताजी एक अच्छी आत्मा थे।" तुम यह सब नहीं जानते हो। वह एक अच्छी आत्मा थे या बुरी, उनके पास आत्मा थी भी या नहीं – तुम नहीं जानते। हाँ, हो सकता है तुम्हारे पिता एक नेक दिल इंसान थे, एक भले इंसान थे, एक प्रेमपूर्ण व्यक्ति थे, है कि नहीं? हो सकता है कि किसी और के लिए वे बहुत क्रूर हों, लेकिन तुम्हारे लिए बहुत अच्छे थे; हो सकता है कि बाहरी दुनिया के लिए बहुत दुष्ट हों, लेकिन तुम्हारे लिए बहुत नेक थे। तुमने अपने पिताजी को इसी तरह

से जाना है। हम नहीं जानते हैं कि वे कैसे थे – हो सकता है कि वे दुनिया के लिए बहुत अच्छे हों और तुम्हारे प्रति उतने अच्छे न हों, या किसी दूसरी तरह से हों, जैसे भी हों। तुम ने तो उनके विचारों, उनके भावों का एक छोटा अंश ही जाना है, और कुछ हद तक उनके शरीर को जाना है।

तो, जब तुम्हारे पिताजी गए, निश्चित रूप से वे यहाँ अपना शरीर छोड़कर गये, है कि नहीं? एक बार जब उन्होंने अपना शरीर छोड़ दिया, तो तुम्हारा उनसे कोई सरोकार नहीं रहा। उनके लिए तुम्हारी भावना चाहे कितनी ही प्रबल क्यों न हो; उनके साथ अब तुम्हारा कोई सरोकार नहीं रह गया है। मैं चाहता हूँ कि तुम इसे समझो। लोगों से तुम्हारा सरोकार तभी तक है जब तक कि वे जीवित हैं। लेकिन जब वे जीवित होते हैं, तब तो तुम्हारी उनसे बातचीत भी नहीं होती। जब तुम्हारे पिताजी की मृत्यु हो जाती है, तब तुम उनसे सम्पर्क करना चाहते हो – अपने साथ ऐसा मत करो।

जब वे आसपास हैं, तब तुम पूर्ण रूप से स्वयं को उन्हें सौंप दो। वह सब कुछ करो जो तुम उनके लिए कर सकते हो। उनके जाने के बाद तुम क्या करोगे? वैसे भी, आज नहीं तो कल उन्हें जाना तो है ही। तुम्हारे पिताजी पाँच साल पहले चले गये, मेरे पिताजी पाँच साल बाद जा सकते हैं, लेकिन वह जाएँगे ज़रूर, है कि नहीं? इसलिए, जब तक वे यहाँ हैं, तुम उनसे जितना सम्बन्ध जोड़ सकते हो, जोड़ो। जब वे यहाँ हैं, तब तो तुम उनसे क्रोधित हो जाते हो, तुम उनसे बात भी नहीं करते हो; तुम उनको देखते तक नहीं हो; तुम्हारे पास उनके लिए समय नहीं होता। जब वे चले जाते हैं, तब तुम स्वर्ग में जाकर उनसे बात करना चाहते हो। वहाँ कोई ई–मेल की सुविधा नहीं है। (हँसी)

इसलिए, मरे हुए के लिए चिन्ता मत करो। उनको मरे ही रहने दो। तुम्हारा सरोकार जीवित लोगों से है। जब तुम्हारा सरोकार सिर्फ जीवित लोगों से है, तब तुम इस पर अपना सम्पूर्ण ध्यान दो। अपने आस–पास के जीवन के साथ पूर्ण रूप से सम्बन्ध जोड़ो। जब तुम यहाँ हो, तब तो तुम अलग–थलग हो कर रहते हो। अगर मैं तुमसे कहूँ कि अपने बगल में बैठे व्यक्ति से 'हैलो' कहो, तो तब तुम्हें संकोच होता है; परन्तु, तुम मरे हुए व्यक्ति से सम्पर्क करना चाहते हो। क्यों? अपने आस–पास के जीवन से पूर्ण रूप से सम्बन्ध जोड़ो। फिर यह ठीक है। जो अभी पैदा नहीं हुआ है और जो मर चुका है, अभी तुम्हारा उनसे कोई सरोकार नहीं है।

आध्यात्मिकता कोई ऐसी चीज़ नहीं है जिसे तुम करते हो। अगर तुम अपनी सारी मूर्खताओं को बंद कर दो, फिर तुम आध्यात्मिक हो गए।

प्रश्नकर्ता: हमारे अस्पताल में लगभग 140 डॉक्टर काम करते हैं, लेकिन मेरे सिवाय कोई भी आध्यात्मिक होना नहीं चाहता। वास्तव में आध्यात्मिकता क्या है, यह तो मैं भी नहीं जानता। (सद्गुरु हँसते हैं) आप जैसा बता रहे हैं यदि वही आध्यात्मिकता है, तो मैं वैसा होना चाहूँगा। लेकिन हम लोग सुबह से शाम तक काम करते हैं, और यदि हमारे मरीज़ खुश रहें एवं हम कुछ पैसे बना सकें तो हम खुश रहते हैं। तो क्या आध्यात्मिकता हमारे जीवन के लिए आवश्यक है?

सदगुरुः अब, क्या आध्यात्मिकता आवश्यक है? अभी, तुम जो भी हो, अपनी अन्तरात्मा के कारण ही हो। सिर्फ हृदय, गुर्दे, लीवर से क्या तुम वह होते जो अभी हो? सिर्फ शरीर से क्या तुम वह होते जो अभी हो? सिर्फ मांस और हड्डियों से क्या तुम वह होते जो अभी हो? तुम्हारे अंदर की अन्तरात्मा ने ही तुम्हें वह बनाया है जो तुम हो। तो क्या कोई व्यक्ति आध्यात्मिक है या नहीं है? प्रत्येक व्यक्ति आध्यात्मिक है, क्योंकि सबके अंदर अन्तरात्मा है। बात सिर्फ इतनी ही है कि किसी ने अपने शरीर का अच्छी तरह ख्याल रखा है। जो भी अपने शरीर को सही ढंग से संभालता है, वह भौतिक जगत में बड़े आराम से सफ़र कर सकता है। जो व्यक्ति शारीरिक रूप से तंदुरुस्त है, अब अगर वह दौड़ कर बस पकड़ना चाहता है, तो वह बड़ी आसानी से बस पकड़ सकता है। तुम्हारे मरीज़ जैसे जो लोग हैं, जिस तरह से उन्होंने अपने शरीर को रखा है, वे तो केवल बस के नीचे ही गिरेंगे । (हँसते हैं) वे शारीरिक रूप से कुछ भी सार्थक कार्य नहीं कर सकते। क्या ऐसा नहीं है?

इसलिए, अगर तुम शारीरिक रूप से ठीक हो, तो तुम भौतिक जगत में बड़े आराम से सफर कर सकते हो। अगर तुम्हारी मानसिक क्षमता अच्छी है, तो तुम अपने जीवन के मनोवैज्ञानिक पहलू को अच्छी तरह से संभाल सकोगे। अगर तुम्हारा मन कमज़ोर और अस्थिर है, तब तुम मनोवैज्ञानिक रूप से पीड़ित रहोगे। अगर तुम्हारी भावनाएँ मज़बूत और संतुलित है, तो तुम अपने जीवन के भावनात्मक स्थितियों में बहुत अनोखा अनुभव करोगे। तुम अपना संतुलन खोए बिना किसी भी भावना में डूबकर उसका पूरा आनंद उठा सकोगे। ठीक इसी तरह, अगर तुमने अपनी अन्तरात्मा का उपयोग सही तरह से किया है और अगर तुमने इसे स्वस्थ रखा है,

तो तुम अपने जीवन के इस दूसरे आयाम में बहुत अच्छी तरह से सफर कर सकोगे। यह वह आयाम है, जिसके बिना तुम कुछ भी नहीं हो।

अब जैसे तुमने कहा, "हम काम कर रहे हैं, हम खुश हैं, हमारे मरीज खुश हैं..." नहीं, तुम्हारे मरीज़ कभी भी खुश नहीं होते। (हँसते हैं) जब वे आते हैं, तब वे नाखुश होते हैं, क्योंकि वे ठीक नहीं हैं। जब वो जाते हैं, तब भी नाखुश होते हैं, क्योंकि उन्हें बिल चुकाना है। (हँसी) इसलिए मरीज कभी खुश नहीं रहते। एकमात्र चीज़ जिसे लेकर वे थोड़ा खुश हो सकते हैं, वो यह है कि पहले उनके मरने की आशंका थी, पर आज वे जीवित हैं! यह खुशी भी क्षणिक ही है। आज मुझे लगा कि मैं मर जाऊँगा। मान लो कि मैं बच गया, चाहे मुझे कितना भी पैसा क्यों न खर्च करना पड़े, पर आज मुझे थोड़ी–सी खुशी होगी। लेकिन कल सुबह एक बार फिर से सब कुछ वैसा ही हो जाएगा, है कि नहीं? जैसे अस्पताल जाने से पहले मेरी जो भी समस्याएँ थी, मेरे अस्पताल में ठहरने के दौरान वे दुगनी हो गईं। मेरा व्यापार, मेरा परिवार, दूसरी चीज़ें, जो भी मेरी समस्याएँ थीं, अस्पताल में एक माह बिताने के पश्चात्, वे अब और बढ़ गईं। इसलिए मैं खुश नहीं हूँ। फिर से संघर्ष।

अब ज़रा डॉक्टरों को देखें– क्या डॉक्टर खुश हैं? मेरे ख्याल से वे खुश नहीं हैं। मैं यह नहीं कह रहा हूँ कि सारे डॉक्टर नाखुश हैं; बात यह नहीं है। मैं डॉक्टर के बारे में 'डॉक्टर' की तरह बात नहीं कर रहा हूँ। मैं उसके बारे में और उसके खुश होने की योग्यता के बारे में एक मानव के रूप में बात कर रहा हूँ। मुझे उसके पेशे से कोई मतलब नहीं है; यह मात्र एक मानवीय क्षमता की बात है। हो सकता है कुछ लोग जो डॉक्टर हैं, वे खुश भी हों। ऐसा भी हो सकता है कि कुछ लोग जो डॉक्टर हैं, वे नाखुश हों। अतः, तुम खुश हो या नाखुश हो इसका डॉक्टर होने से कोई संबंध नहीं है। डॉक्टर होना खुशी या दुख नहीं लाता। अगर तुम एक खास किस्म के इंसान हो, तो तुम खुश हो। अगर तुम नहीं हो, तो तुम खुश नहीं हो। या तो तुम खुद को खुश कर रहे हो या दुखी; यह कई कारकों पर निर्भर करता है। खुशी इसको लेकर भी हो सकती है कि तुम अपने आस–पास के लोगों से थोड़ी बेहतर स्थिति में हो। जैसा कि हम इसको पहले ही देख चुके हैं, यह खुशी नहीं है; बल्कि एक प्रकार की बीमारी है, है कि नहीं? 'मैं अपने आस–पास के लोगों से थोड़ा बेहतर हूँ।' अगर यह तुम्हारा आनंद है, तो क्या यह बीमारी नहीं है? हाँ है? तो फिर इसका मतलब तो यह हुआ कि अगर सारे लोग ठीक हैं तो तुम खुश नहीं हो सकते। इसका मतलब तो यही हुआ न। यह तो खुश होने का बहुत खेदजनक तरीका है। यह एक प्रकार की बीमारी है।

अब, क्या हमें आध्यात्मिकता की आवश्यकता है? प्रत्येक व्यक्ति को इसकी आवश्यकता है। इसके बारे में कोई प्रश्न ही नहीं है। कुछ इससे अवगत हैं, कुछ अवगत नहीं हैं, लेकिन प्रत्येक व्यक्ति स्वभाविक रूप से आनंदित होने की खोज कर रहा है, है कि नहीं? अभी तुमने अपनी खुशी को खुद से बाहर कहीं और गिरवी रख दिया है। क्या तुम अपने आप में खुश होना नहीं चाहते हो? डॉक्टर हो या मरीज़, अपराधी हो या पुलिस, यह हो या वह, प्रत्येक व्यक्ति खुश रहना चाहता है, स्वयं में आनंदित रहना चाहता है। अतः यह सब आध्यात्मिक होने की लालसा है।

अब लोग मुझसे बार–बार पूछते हैं, "सद्गुरु, क्या आप बता सकते हैं कि एक आध्यात्मिक व्यक्ति और एक भौतिकवादी व्यक्ति में क्या अंतर है?" वास्तव में ऐसे दो तरह के लोग होते ही नहीं हैं। तुम्हारा शरीर, मन और अन्तरात्मा एक ही हैं। क्या कोई इनको अलग कर सकता है? केवल तभी जब मैं तुम्हें गोली मार दूँ, तो ये अलग हो सकते हैं। (हँसते हैं) या फिर, अगर तुम्हें आत्मबोध हो जाए, तो ये अलग हो सकते हैं; यह अलग बात है। अब, क्या कोई भी व्यक्ति शत्–प्रतिशत् भौतिकवादी है? क्या कोई भी व्यक्ति शत्–प्रतिशत् आध्यात्मिक है? ऐसा कुछ भी नहीं है। चाहे तुम कितने भी आध्यात्मिक क्यों न हो, फिर भी तुम्हें अपना शरीर तो संभालना ही पड़ेगा, है कि नहीं? अपने अनुभव में तुम इससे मुक्त हो सकते हो, लेकिन असल में इस शरीर को साथ रखना ही पड़ता है। तुम्हें इसे भोजन देना पड़ता है; तुम्हें इसे धोना पड़ता है; तुम्हें इसे कपड़े पहनाने पड़ते हैं। ये सारी चीज़ें करनी पड़ती हैं, है कि नहीं? अतः तुम अभी भी भौतिकवादी हो। अब, क्या तुम अपनी अन्तरात्मा को छोड़कर केवल शरीर के साथ जी सकते हो? नहीं। अतः तुम अभी भी आध्यात्मिक हो।

अन्तर बस इतना है – भौतिकवादी लोग अपने जीवन में हरेक चीज़ के लिए याचना करते हैं। अपनी खुशियों के लिए वे किसी से याचना करेंगे; उन्हें प्रेम चाहिए तो वे किसी से याचना करेंगे; उन्हें शांति चाहिए तो वे किसी से याचना करेंगे; अपनी हरेक आवश्यकता की पूर्ति के लिए उन्हें किसी से भीख माँगनी पड़ती है; जीवन की हर महत्वपूर्ण चीज़ उन्हें किसी से भिक्षा में लेनी पड़ती है। सिर्फ अपना भोजन वे कमाते हैं; बाकी सभी चीज़ों के लिए वे याचना करते हैं। एक आध्यात्मिक व्यक्ति – अपना प्रेम, अपनी शांति, अपना आनंद, सब कुछ वह खुद कमाता है; केवल अपने भोजन के लिए भिक्षा माँगता है। (हँसी) अगर वह अपना भोजन भी कमाना चाहे, तो यह कोई बड़ी बात नहीं है; वह इसे भी कमा लेगा। लेकिन वह सोचता है कि

भोजन अभी इतना महत्वपूर्ण नहीं है और वह उसके लिए भिक्षा माँगता है। यही अन्तर है।

लोग सिर्फ अपना भोजन और वस्त्र कमा रहे हैं, है कि नहीं? वे क्या कुछ और भी कमा रहे हैं? आख़िरकार, ज़्यादातर मानवता क्या कर रही है? केवल खाना, सोना, प्रजनन करना, मरना – वे बस यही सब तो कर रहे हैं। तुम भले ही ऐसा मानो कि, "मैं बहुत कुछ कर रहा हूँ।" यदि मरने का वक्त आता है और तुम पीछे मुड़कर देखते हो कि तुमने अपने जीवन में क्या किया है, तो तुम देखोगे कि तुमने सिर्फ जीवित रहने की साधारण प्रक्रिया का ही निर्वाह किया है, है कि नहीं? केवल जीवन जीने और बने रहने के लिए, ज़रा देखो मनुष्यों के साथ क्या हो रहा है। अधिकांश लोग, उम्र बढ़ने के साथ–साथ जख़्मी होते जा रहे हैं। उनकी पीड़ा बढ़ती ही जा रही है। वे उम्र के साथ बुद्धिमान न होकर, आहत होते जा रहे हैं।

तो बस इस सामान्य प्रकिया को, जिसे कीड़े–मकोड़े, कुत्ते–बिल्ली, पशु–पक्षी सम्भाल रहे हैं, उस प्रकिया को सम्भालने में मनुष्य असमर्थ हो गया है। जीवन के अंत में वह अपने आस–पास की सभी चीज़ों से बहुत जख़्मी और पीड़ित महसूस करता है, है कि नहीं? क्या तुम्हें हर रोज लोगों के दु:ख और उनकी पीड़ा देखने का अवसर मिलता है? शारीरिक रूप से नहीं। दर्द के कई प्रकार होते हैं, क्या तुम जानते हो? हर दिन मेरा जीवन सैंकड़ों लोगों के साथ बीतता है। तुम विश्वास नहीं करोगे कि मानव जाति ने अपने लिए कई प्रकार के दु:ख पैदा कर लिए हैं। क्या तुम जानते हो यह कितना अविश्वसनीय है? ऐसा कोई कारण भी नहीं है। वे बस इसे किये जा रहे हैं, क्योंकि उनके पास स्वयं को लीन करने के लिए कुछ भी सार्थक नहीं होता। वे निरन्तर अपने आपको उन्हीं चीज़ों में उलझाये रखते हैं।

तुम ज़रा पीछे मुड़ कर एक नज़र डालो। अपनी उस तस्वीर को देखो जब तुम पाँच–छह साल के थे, और वर्तमान में खुद को देखो – आनंद को तुम्हारे अन्दर से निचोड़ लिया गया है, है कि नहीं? सिर्फ जीवन जीने की सरल प्रक्रिया के लिए – तुम कोई महान कार्य नहीं कर रहे हो; तुम किसी दूसरी दुनिया या किसी अन्य चीज़ तक पहुँचने का प्रयास नहीं कर रहे हो; सिर्फ जीवन जीने और उसमें बने रहने के लिए – सिर्फ उसी के लिए यह सब कुछ घटित हुआ है। क्या इसका कोई मूल्य है? सिर्फ खाने, सोने, प्रजनन करने और एक दिन मर जाने के लिए व्यक्ति खुद के लिए न जाने कितनी पीड़ा पैदा करता है? क्या इसका कोई मतलब है? जब तुम मृत्यु

शय्या पर होगे, तब इसका कोई औचित्य नहीं होगा। खैर छोड़ो, क्या तुम जानते हो कि तुम सभी एक दिन मर जाओगे?

प्रश्नकर्ताः हाँ।

सद्‌गुरुः मैं आप लोगों के लिए ऐसी कोई कामना नहीं कर रहा हूँ। मैं आप

सब को लम्बे जीवन का आशीर्वाद देता हूँ, पर क्या तुम जानते हो कि तुम सभी एक दिन मर जाओगे? हाँ? क्या यह सही है? आओ कल्पना करें कि अगले क्षण हमारी मृत्यु होने वाली है। पीछे मुड़कर देखो, तुमने जीवन में क्या पाया है? तुमने ऐसा क्या पाया है, जिसे तुम जीवन के रूप में दिखा सकते हो, मुझे बताओ? वैसे भी वह क्षण हमारे जीवन में तो आएगा ही। कल के बजाय, क्या हमें इसे अभी और यहीं नहीं देखना चाहिए? क्योंकि न जाने कल तुम यहाँ होगे या नहीं। क्या यहाँ कोई ऐसा व्यक्ति है जो 24 घंटे के गारंटी कार्ड के साथ आया है? हम जीने की आशा और कामना करते हैं; यह अलग बात है। लेकिन क्या तुम्हारे पास 24 घंटे का गारंटी कार्ड है? नहीं। यह किसी भी क्षण हो सकता है। अतः क्या यह महत्वपूर्ण नहीं है कि हम इसे सुलझा लें? क्या यह महत्वपूर्ण नहीं है कि हम यह जानें कि हमारा जीवन किसलिए है? यह कहाँ से शुरू होता है; कहाँ समाप्त होता है; हम कहाँ से आए हैं; हमें कहाँ जाना है? क्या यह महत्वपूर्ण नहीं है? तुम ने बहुत सारी विस्तृत तैयारियाँ कर रखी हैं।

देखो, यदि तुम्हें अभी यहाँ से तुरंत *गाँधीपुरम्* जाना है, तो क्या तुम बस की सीट दस दिन पहले बुक कराते हो? क्या तुम एक सूटकेस लोगे, क्या तुम लंचबाक्स और पानी की बोतल लोगे? केवल गाँधीपुरम जाने के लिए क्या तुम सारा सामान ले जाओगे? नहीं, तुम उठकर किसी भी बस में चढ़ जाओगे और चले जाओगे। अगर कोई साधन नहीं मिला तो तुम पैदल ही चले जाओगे, है कि नहीं? अब अगर तुम्हें एक लम्बी यात्रा करनी है, तो तुम टिकट बुक कराते हो, हर तरह की तैयारियाँ करते हो, भोजन, पानी, इत्यादि जो कुछ उस लम्बी यात्रा के लिए आवश्यक होता है, तुम उस सब की तैयारी करते हो। अगर तुम अंटार्कटिक जाना चाहते हो, तो तुम सब कुछ साथ ले जाना चाहते हो, है कि नहीं?

अब, यह ठीक इसी प्रकार है। तुम्हारे जन्म से मृत्यु तक की यात्रा एक छोटी यात्रा है। तुम ने बहुत सारी तैयारियाँ कर रखी है, बहुत ही ज़्यादा। तुम्हारे पास तीन

जन्मों तक पहनने के लिए कपड़े हैं। क्या ऐसा नहीं है? (हँसी) क्या तुम एक जीवन में इन सारे कपड़ों को पहन सकते हो? तुम्हारे पास आठ जीवन तक पहनने के लिए जूते हैं और तुम मुक्ति चाहते हो। मैं ऐसा नहीं कहता कि तुम्हें अपने आस–पास के भौतिक जीवन का आनंद नहीं लेना चाहिए। लेकिन तुम जो वास्तव में हो वह यदि तुम्हारे पहनावे पर निर्भर करता है, तुम जो वास्तव में हो यदि वह इस पर निर्भर करता है कि तुम कौन सी गाड़ी चलाते हो, तुम जो वास्तव में हो वह यदि इस पर निर्भर करता है कि तुम कैसे मकान में रहते हो, तुम जो वास्तव में हो वह तुम्हारी योग्यता और उन निरर्थक बातों पर निर्भर करता है जिसे तुम अपने साथ लिए फिरते हो, तो फिर इस जीवन का कोई मूल्य नहीं है, यह जीने योग्य नहीं है।

अगर तुम अपने आनंदमय स्वरूप में अच्छी तरह स्थापित होते हो तो ये सारी चीजें तुम प्राप्त कर सकते हो। तुम एक डॉक्टर बनते हो, तुम एक इंजीनियर बनते हो, तुम दुनिया में चाहे कुछ भी बनो – इस सब का आनंद लिया जा सकता है। लेकिन तुम जो वास्तव में हो, अगर वह स्थापित नहीं है, तो तुम चाहे कुछ भी बन जाओ, तुम दुखी ही रहोगे। अगर तुम एक डॉक्टर हो, तब भी दुखी रहोगे। अगर तुम मरीज़ हो, तब भी तुम दुखी ही रहोगे।

---

1. गाँधीपुरम् : कोयम्बटूर का एक व्यापार केन्द्र।

ईशा फाउण्डेशन

ईशा–फाउन्डेशन

ईशा–फाउन्डेशन एक लाभ–रहित, स्वैच्छिक संस्थान है, यह मानव कुशलता के हरेक पहलू को संबोधित करता है। आंतरिक रूपांतरण लाने वाले इसके सशक्त योग कार्यक्रमों से लेकर, इसकी प्रेरणा प्रदान करने वाली सामाजिक तथा पर्यावरण संबंधी योजनाएँ, ईशा की सभी गतिविधियाँ, विश्व शांति और विकास के लिए एक सम्मिलित करने वाली संस्कृति पैदा करने के उद्देश्य से डिजाइन की गई हैं।

इसके द्वारा अभीष्ट दिशा में किए जा रहे समग्र प्रयास को विश्व में चारों तरफ मान्यता प्राप्त है, संयुक्त राष्ट्र संघ के आर्थिक और सामाजिक परिषद् (ECOSOC) के साथ विशेष सलाहकार का दर्जा प्राप्त होना, यह स्पष्ट रूप से दर्शाता है। विश्व के हरेक कोने में, इसके 200 से भी अधिक केंद्रों पर, लाखों स्वयंसेवकों की सहायता से इस संस्थान के कार्य संचालित किए जाते हैं।

सद्‌गुरु

एक दिव्यदर्शी, युगद्रष्टा, मानवतावादी, सद्‌गुरु जग्गी वासुदेव एक अलग किस्म के आध्यात्मिक गुरू हैं। अगाधता, गूढ़ता और प्रयोगवादिता का एक असाधारण संगम, सद्‌गुरु के जीवन और कार्य ने यह सिद्ध कर दिया है कि योग किसी दूर–सुदूर

अतीत की कोई गूढ़–विद्या नहीं है बल्कि एक समकालीन विज्ञान है, जो हमारे समय में बेहद प्रासंगिक है।

एक वक्ता के रूप में भी, अपनी प्रतिबद्धताओं को लेकर सद्गुरु विश्व में चारों तरफ भ्रमण करते हैं। संयुक्त राष्ट्र मिलेनियम शांति सम्मेलन, ऑस्ट्रेलियन लीडरशीप रिट्रीट और वल्ड इकॉनॉमिक फोरम जैसे प्रसिद्ध अंतर्राष्ट्रीय मंचों द्वारा उन्हें विशेष रूप से आमंत्रित किया जाता है।

ईशा योग–कार्यक्रम

स्वयं को सशक्त बनाने और अपनी पूर्ण क्षमता में विकसित होने के लिए ईशा योग एक अनूठी संभावना अर्पित करता है। सद्गुरु द्वारा डिजाइन किए गए ये कार्यक्रम हरेक सामाजिक और सांस्कृतिक पृष्ठभूमि के व्यक्ति के लिए अनुकूल हैं। एक बुद्धपुरूष के मार्ग–दर्शन में, स्वयं की खोज और आंतरिक रूपांतरण के लिए ईशा योग–कार्यक्रम एक दुर्लभ अवसर प्रदान करते हैं।

ईशा योग–केंद्र

ईशा–फाउन्डेशन के तत्वावधान में संस्थापित ईशा योग–केंद्र, वेलिंगिरि पर्वत की तराई में स्थित है। विशाल वन्यजीवन वाले एक आरक्षित वन्यप्रदेश से घिरा यह योग–केंद्र, नीलगिरि जीवमंडल का एक हिस्सा है। आंतरिक विकास के लिए एक सशक्त केंद्र के रूप में प्रतिष्ठित किया गया यह पवित्र स्थान विश्व के हरेक कोने से लोगों को आकर्षित करता है।

ध्यानलिंग योग–मंदिर

ध्यानलिंग, ऊर्जा का एक बहुत सशक्त और अनूठा आकार है। यह योग विज्ञान का सार है। ध्यान के उद्देश्य से बनाया गया यह पवित्र स्थान, किसी खास मत या संप्रदाय से संबंध नहीं रखता, ना ही यहाँ पर किसी विधि–विधान, प्रार्थना या पूजा की जरूरत होती है। वे लोग जो कभी ध्यान के अनुभव से नहीं गुजरे हैं, वे भी ध्यानलिंग की स्पंदित ऊर्जा में ध्यान की गहरी अवस्था का अनुभव करते हैं। इस

तेजोमय आकृति से निकलने वाली चैतन्य ऊर्जा जीवन की मूल प्रकृति को उजागर करती है।

ईशा–आउटरीच

एक जीवन, छू रहा दूसरे को...

ग्रामीण कायाकल्प कार्यक्रम

सद्‌गुरु की दूरदर्शिता का एक अभियान, यह ग्रामीण नवजीवन कार्यक्रम, एक दीर्घकालीन योजना है। मानवीय उत्साह को जागृत और पुनःस्थापित करने तथा पिछड़े ग्रामीण जनसमुदाय में शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक रूप से नवजीवन का संचार करने की दिशा में, यह एक अनूठा तथा स्पष्ट रूप से परिभाषित मानवहितकारी प्रयास है। ग्रामीण नवजीवन कार्यक्रम के अंतर्गत समुदाय–आधारित, स्थायी विकास के मॉडल को कार्यान्वित किया जाता है तथा इसके साथ–साथ देशी संस्कृति और ज्ञान को पुनः स्थापित किया जा रहा है। गाँवों में निःशुल्क प्राथमिक और निरोधक स्वास्थ्य सुरक्षा प्रदान की जाती है।

प्रोजेक्ट ग्रीन हैंड्‌स

प्रोजेक्ट ग्रीन हैंड्‌स, ईशा फाउन्डेशन का एक पर्यावरण संबंधी उपक्रम है। यह पर्यावरण–क्षरण को रोकने तथा पर्यावरण को स्वच्छ बनाने की दिशा में कार्य करता है, ताकि इस ग्रह पर एक स्थायी जीवन बना रहे। इस प्रोजेक्ट का उद्‌देश्य तमिलनाडु के विभिन्न हिस्सों में 11 करोड़ 40 लाख पेड़ लगाना है – राज्य के वर्तमान वृक्ष–आवरण क्षेत्रफल को अतिरिक्त 10 प्रतिशत बढ़ाना है।

ईशा विद्‌या

ईशा विद्‌या का उद्‌देश्य ग्रामीण बच्चों को शिक्षा उपलब्ध कराना है। शिक्षा जीवन–सशक्तिकरण के एक अवसर के रूप में प्रदान की जाती है। आने वाले कुछ

वर्षों में, ईशा विद्या द्वारा तमिलनाडु के प्रत्येक ताल्लुक में एक–एक स्कूल खोला जाएगा, इस तरह से कुल 206 ताल्लुक में 206 स्कूल खोले जाएँगे। यह ग्रामीण भारत के शैक्षिक परिदृश्य में एक बड़ा परिवर्तन लाएगा।

ईशा होम स्कूल

वेलिंगिरि पर्वत की तराई के शांतिपूर्ण परिवेश में स्थित ईशा होम स्कूल, हरेक बच्चे को आंतरिक रूप से पुष्पित होने के लिए एक प्रेरणाप्रद वातावरण प्रदान करता है। यह होम स्कूल, शैक्षिक गुणवत्ता के उच्च मापदंडों को बनाए रखते हुए, हरेक विद्यार्थी को अपनी पूर्ण क्षमता में विकसित होने में उसकी सहायता करता है, तथा उसकी सहज और छिपी हुई प्रतिभा को उजागर करता है।

ईशा क्राफ्ट और ईशा रेमेंट

ईशा क्राफ्ट और ईशा रेमेंट, अपने उत्पाद – उपहार सामग्री, जूट के सामान, पेंटिंग, धातु–शिल्प, पत्थर–शिल्पकृति, हस्तशिल्प तथा इसके साथ–साथ डिजाइनर वस्त्र, जिसमें नियमित, अनियमित पहनावे और योग–पोशाक भी शामिल हैं – के माध्यम से लोगों के जीवन में ईशा–शैली और कारीगरी लाता है। इन उद्यमों से अर्जित किए गए सभी मुनाफे भारत के ग्रामीण जन–समुदाय की सेवा और विकास के लिए ईशा–फाउन्डेशन द्वारा शुरू किए गए सामाजिक आउटरीच कार्यक्रमों में खर्च किए जाते हैं।

ईशा–प्रकाशन

ईशा–प्रकाशन – पुस्तक, पुस्तिका, सी.डी और डी.वी.डी. के माध्यम से सद्गुरु के बिल्कुल स्पष्ट, अनूठे और प्रेरणापूर्ण कार्यों और उनके सत्संगों को लोगों तक पहुँचाने के कार्य में समर्पित है। ईशा के अन्य प्रकाशन हैं – साउन्ड्स ऑफ ईशा तथा दूसरे विशिष्ट कलाकारों के संगीत, विशेष रूप से आयोजित कार्यक्रमों के विडियो, ईशा की मासिक अंग्रेजी पत्रिका फॉरेस्ट फ्लॉवर तथा तमिल पत्रिका काटूपू।

हमसे संपर्क करें :
भारत
ईशा योग केन्द्र
वेलिंगिरि पर्वत फूटहिल्स,

पोस्ट ऑफिस – सेम्मेडू
कोयम्बटूर–641114, तमिलनाडु, भारत
दूरभाष : 91–422–2515345
info@ishafoundation.org

यू.एस.ए.
ईशा इंस्टिट्यूट ऑफ इनर सायन्सेस
951, ईशा लेन,

मेकमिनव्हिला, टी.एन. 37110, यू.एस.ए.
दूरभाष : 1–866–424–ISHA (4742)
iiis@ishafoundation.org

ईशा–प्रकाशन

- ❖ एक आध्यात्मिक गुरु का अलौकिक ज्ञान (जइको पब्लिशिंग हाउस)
- ❖ ध्यानलिंग – द साइलेन्ट रिवोल्यूशन
- ❖ इनकाउन्टर द इन्लाईटेन्ड – कन्वर्सेशन विद द मास्टर
- ❖ मिस्टिक्स म्यूजिंग्स
- ❖ इटरनल इकोज़ – द सेक्रिड साउन्ड्स थ्रू द मिस्टिक
- ❖ फ्लॉवर्स ऑन द पाथ
- ❖ मिडनाइट्स विद द मिस्टिक – ए लिटिल गाइड टू फ्रीडम एन्ड ब्लिस
- ❖ इसेन्शियल विज़डम फ्राम ए स्पिरिचुअल मास्टर (जइको पब्लिशिंग हाउस)
- ❖ द मिस्टिक आइ (जइको पब्लिशिंग हाउस)
- ❖ इनलाइटेन्मेन्ट : व्हाट इट इज़
- ❖ गुड एन्ड बैड डिवाइड्स द वल्ड
- ❖ एन्सिएंट टेक्नोलोजी फॉर द मॉडर्न माइंड
- ❖ सर्कस ऑफ द माइंड
- ❖ अनलीशिंग द माइंड
- ❖ ईशा : सेक्रिड स्पेस फॉर सेल्फ ट्रांसफोर्मेशन

"अपने शरीर से परे प्राणी का आगे बढ़ना, इस बात पर निर्भर नहीं करता कि वह संसार में क्या था, और वह अपने बारे में क्या सोचता था या सब लोग उसके बारे में क्या सोचते थे। यह सिर्फ इस पर निर्भर करता है कि वह कितना जागरूक है, उसने अपने अंदर इस भौतिक शरीर के परे कितना कुछ पैदा किया है।"

– **सद्गुरु**

सद्गुरु एक दिव्यदर्शी और एक योगी हैं। इनके साथ एक आत्मीय भेंट के दौरान श्रोताओं के एक दल ने अपनी जिज्ञासाओं को ही नहीं, बल्कि अपनी आशंकाओं को भी उनके साथ बाँटा।उन्हीं जिज्ञासाओं को इस पुस्तक में समेंटा गया है। इस पुस्तक के प्रथम खंड में सद्गुरु मृत्यु के संबंध में आदि काल से चली आ रही भ्रान्तियों की खोज करते हैं। वे उनका सर्व मर्ज नाशक औषधियों की तरह सांत्वनाप्रद समाधान देने की कोशिश नहीं करते, बल्कि एक ज्ञानी की तथ्यात्मक अंतर्दृष्टि को सामने रखते हैं।

पुस्तक के दूसरे खंड में, वह हमें दुनिया देखने के अपने औपचारिक, परम्परागत नज़रिये – हमारे अच्छे और बुरे के ख्याल जिससे दुनिया खंडित हो गई है – को ध्वस्त करने के लिए प्रेरित करते हैं। परिणामस्वरूप एक ऐसी पुस्तक सामने आई जो साधकों के लिए आह्लादकारी है। एक ऐसी पुस्तक जो अनेक महत्वपूर्ण प्रश्नों का सार्थक एवं सटीक उत्तर देती है।

मृत्यु-एक कल्पना है

सद्गुरु